

亡き祖父と 父の想いを引き継いで

この地に生きる

天草人

あまくさびと



姫戸町
ふじもと しょうおう
藤本 翔王さん(30歳)

農業歴3年目
不知火50a ポンカン40a はるみ10a



趣味はオンラインゲーム。
農作業の合間の至福の時間。

翔王さんが暮らす牟田地区は町の北端にあり、目の前には波穏やかな八代海が広がる。昔から立地条件に適した柑橘類栽培が盛んで、10数戸の農家が主にポンカン、不知火の栽培に取り組んでいる。翔王さんは3代目で、町内で最も若い後継者だ。

・きつかけ

学校卒業後、熊本市内で様々な仕事を経験した。介護施設や飲食店にも勤めた。どの仕事も好きだったが、中でも和食料理作りは楽しかった。仕事から離れた後も趣味のひとつとなり、家庭で腕を振るうこともある。

3年前、思わぬ形で転機が訪れた。父が病に倒れたのだ。50代とまだ若かった。亡き祖父が築いた果樹園を母と共に必死に守ってきた父を尊敬していた。入院後、過酷な作業に一人で取り組む母の姿が痛々しく映った。

・亡き父からのバトン

父は家族の願いもむなしく昨年11月に亡くなった。闘病中、妻任せの果樹園を心配し続けていた。ベッドの上の父の姿を見てその思いの重さを知り、バトンを受け取るうと決心した。

・自分のやり方で

大黒柱だった父がいなくなり頼りは経験豊富な母だが、余計な心配や苦労はかけたくなかった。自分流の作り方を確立するため試行錯誤の日々だ。納得するまで何度も繰り返す。心が折れそうなきには幼木の成長に励まされる。天に向かって伸びるたくましい生命力に愛おしさを感じる。「父も同じ思いだったのかな」と作業の合間に父を偲ぶ。

・これからの課題と目標

農業の最大の魅力は組織に縛られず自由に生活リズムを作られることだ。

今はまだ、肥料、農薬、燃油など農業資材の高騰は経営を圧迫、利益は上がらない。コスト削減、作業の効率化を徹底しながら乗り切りたいと思う。地区の果樹部会には学びの先輩たちがいる。困ったときの救いの神だ。これからも良好な関係を築きたいと思う。

・JAへの要望

JAには通知文、注文書などのペーパーレス化を進めてほしい。紙の時代は終わりつつある。LINEなどを活用すれば互いに事務効率化に繋がるのではと思う。検討してほしい。



公式ホームページ



公式フェイスブック



公式インスタグラム



「いいね!」してね♪

ちゃぐりん 贈呈式

小学校3年生へ

～農業を知って好きになろう～子どもたちへ
食と農のすばらしさを伝える～

管内21校の小学3年生371人へJAのこども雑誌「ちゃぐりん」を寄贈しました。この取り組みはJAのくらしの活動で次世代を担う子どもたちに食や農、自然に興味を持ってもらうため食農教育の一環として2013年から実施しています。

JA職員やフレッシュミズが小学校へ出向き子どもたちの将来のために国産国産や食の安全について伝えています。

JAあまくさは、今後も食と農を通じた活動を続け、JAへの理解促進につなげていきます。また、ちゃぐりん読書感想文コンクールを実施し来年1月に表彰式を予定しています。

「ちゃぐりん」はこんな本です。

「いのち・自然・食べ物・農業の大切さ」を強く訴えるとともに地域やJAをはじめ広く次世代に貢献する子ども雑誌を「ちゃぐりん」は目指します。



天草市立栖本小学校



天草市立河浦小学校



天草市立新和小学校



天草市立牛深東小学校



天草市立天草小学校



大矢野
フレッシュミズによる

食農紙芝居



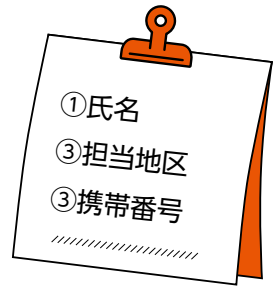
上天草市立登立小学校



上天草市立中北小学校

私たちにおまかせ！ 私たちが巡回いたします。

上島・下島に作物ごとの営農指導員が常駐しておりますのでお気軽
にお問い合わせください。



上島営農指導センター 天草市有明町赤崎 2009-1



①センター長兼果樹指導員
鶴浜 研二
②有明
③ 080-1771-4257



①果実連駐在 果樹指導員
山野 直亮
②上天草市・有明
③ 080-1791-6596



①野菜指導員兼
研修ハウス指導係
坂田 沙貴
②有明・栖本・倉岳
③ 080-1759-0091



①野菜指導員
迫本 泰山
②有明・栖本・倉岳
③ 080-1729-1639



①野菜指導員兼
水稻育苗センター係
宮内 勝幸
②大矢野・水稻育苗
③ 080-2751-6373



①花卉指導員
竹川 慶剛
②大矢野・松島・姫戸
倉岳・有明
③ 080-1729-1637



①畜産指導員
太田 拓真
②上島全域
③ 090-6770-6661

あまくさ統合選果場 天草市有明町大浦 356



①選果場長代理兼
果樹指導員
木蜜 栄次
②栖本・倉岳・御所浦
③ 080-1759-0088

下島営農指導センター 天草市河浦町河浦 400



①センター長兼野菜指導員
山下 伸一
②牛深・河浦
③ 080-1729-1630



①果樹指導員
白石 一斗
②牛深・新和
③ 080-1729-1633



①果樹指導員
原口 悠貴
②天草・河浦
③ 080-2725-7775



①畜産指導員
井上 正一
②下島全域
③ 080-1729-1626



①野菜指導員
小林 優介
②新和・天草
③ 080-1729-1635



①センター長代理兼
花卉指導員
吉澤 清
②新和・牛深
③ 080-1774-5386

みつばちラジオで天草の食材紹介 ▶ 女性部の国消国産活動

女性部は4月から毎月2回、天草の食材を地元ラジオ局みつばちラジオで紹介しています。「ココカラCitrusタイム」内の「ひるドキ!食する天草!!」のコーナーに出演。女性部の国消国産活動の一環として各町の農畜産物をPRします。

7月24日の放送では、倉岳支部長の中上雄子さんが特産品のオクラの美味しい食べ方や、オクラの粕漬けを紹介。(10p私の十八番料理でレシピ掲載)中上支部長は「天草の食材を積極的に消費し国消国産に繋げましょう」と呼びかけました。

同コーナーは毎週月曜日から木曜日に、12時から放送。女性部は第2、4週の水曜日に出演しています。



オクラを紹介する中上支部長

早期米収穫始まる ▶ 品質上々

JAあまくさ管内では、7月23日より稲刈りが行われました。天草地域は温暖な気候を生かした早期米の産地として確立しており、JA管内の水稲作付面積は800ヘクタール。2024年産の集荷計画は1184トンで、そのうち早期米が1100トンを占め主力品種はコシヒカリです。

7月27日から稲刈りを始めた上天草市松島町の松本峯夫さん(72)は3ヘクタールの圃場で収穫を開始し、この日はコシヒカリ65アールを刈り取りました。

松本さんは「田植え時期にカモ被害に悩まされたが、梅雨時期の長雨が少なく天候に恵まれ味も品質も良い手ごたえを感じている」と話しました。



早期米を収穫する松本峯夫さん

納涼祭で地域の皆さんとふれあい ▶ グリーントップ牛深

グリーントップ牛深で8月3日納涼祭を夕方4時から開き、多くの家族連れで賑わいました。会場では生産者出荷協議会がガネアゲや新米5キロを販売した他、青壮年部と女性部が焼きそば、ビール、カレーライスなどを販売しました。職員も各部会に負けぬよう天草産豚のスペアリブ販売やスイカ割、花火など担当し地域の皆さんと楽しいひと時を過ごしました。



多くの人で賑った納涼祭

元気はつらつ! 年金友の会新和支部 ▶ グラウンドゴルフ大会

年金友の会新和支部は7月26日、新和グラウンドでグラウンドゴルフ大会を開き84人が参加しました。当初は6月27日に115人の参加予定でしたが雨のため2回延期となりました。当日は熱中症警戒アラートが発令されたので、開会式などを簡素化しての開催となりました。大会中は皆さん元気はつらつ、楽しみました。船元良己会長は「高齢の会員が多く熱中症を心配したが無事開催でき、ホールインワンも出てよかった」と話しました。



はつらつと競技する会員

功労者表彰に栖本町の園田さん ① JAあまくさ畜産部会総会

JAあまくさ畜産部会は7月3日、天草市で第32回総代会を開き、行政、同部会会員やJA役職員ら46名が出席。2023年度事業報告、24年度の事業計画など2議案を承認されました。また、高齢者功労表彰として、栖本町の園田数盛さん玲子さん、畜産功労者として大矢野町の千原勝也さんが表彰されました。

表彰された園田さんご夫妻▶



投資信託始めませんか?

上支所は7月23日に職員を対象とした投資信託つみたてセミナーを開きました。農林中央金庫本店から出向の金融部次長資産形成インストラクターの竹下茂さんを講師に迎え多くの職員が受講し、参加者は組合員・利用者の一生涯にわたる、つかう、ためる、そなえる、ふやす、のこすといった総合的な金融ニーズに対応するため熱心に話を聞いていました。

JAあまくさでは4月より投資信託の取り扱いを開始しています。新NISA制度などについてお話だけでも聞いてみませんか?ご連絡お待ちしております!



熱心に話を聞く職員

JAあまくさロールプレイング大会

金融部は7月20日JA天草会館で2024年度JAあまくさロールプレイング大会を開きました。各支所の代表6名が出場。出場者は顧客役に商品やサービスを提案。顧客役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正しく説明できたかななどを審査されました。

表彰者は次のとおり。(敬称略)
最優秀賞=中央支所 山下 大策
優秀賞=上支所 小林 強



スマホでJAバンクアプリを説明する最優秀賞の山下さん(右)

米の検査始まる ② 西支所ライスセンター

JAあまくさでは7月30日から管内各地区で早期米の検査が始まりました。8月1日、西支所ライスセンターでは河浦地区で収穫されたコシヒカリ750袋(1袋30キロ)を初検査し2等の格付けでのスタートとなりました。気温が高く雨不足の中、心配された米の収穫量は例年並みを見込んでいます。管内での集荷数量は、1100トン(3万6千袋)を計画しています。

持ち込まれた米を丁寧に検査する検査員▶



わくわく家庭菜園



播種・定植の注意点・害虫の防除



播種・定植の注意点・害虫の防除

9月から冬春野菜の播種や定植が始まります。冬春野菜は暑い時期に播種・定植をしてどんどん日長が短くなり気温も下がってくるため、失敗後のやり直しが難しくなります。ポイントを抑え、播種・定植後の初期生育がうまくいくようにしたいですね。

【葉茎菜類】キャベツ・ハクサイ・ホウレンソウ・レタス・コマツ

ナなど

- ・アブラナ科の野菜については、前作で「根にこぶができた」「大きくならなかった」など根こぶ病の症状が見られた圃場では作付しないか、薬剤防除を作付2週間以上前に行ってから播種してください。



- ・セル等を使って育苗するときは、まずセルに入れた土に下から出てくるくらいしっかり水を掛けてください。播種後の覆土は1mmほどで厚くならないよう注意してください。
- ・セル等は直置きせず、水稻育苗箱やコンテナなどの上に置いてください。



- ・双葉が出るまでの日数は2～3日程度。それより遅い場合は、水分不足か高温障害の可能性がります。双葉が出る前に灌水したい場合は、不織布を上にかぶせた状態で灌水してください。
- ・近年、残暑が厳しく高温・高日射が続きます。ビニールハウスやトンネルで育苗する場合は、徒長しない程度に遮光ネット等を活用してください。
- ・本葉2～3枚展開した時が定植適期です。遅れないよう本圃の準備は前もって行い、定植時も圃場の土の水分はちょうどいい状態（手で握って少し塊が残る程度）にしておいてください。
- ・定植後は苗の土と本圃の土が密着するようしっかり押し込んでください。（ただし、苗表面の土まで深植えしないよう注意してください。）

【根菜類】大根、カブなど

- ・直播が多いと思います。播種時は土が乾燥していないか確認し、不足しているときは播種前に植穴や植え溝に灌水してから播種してください。
- ・覆土は3mm程度であり深植えにならないよう注意してください。
- ・まだ暑い日が多く害虫が多いので、播種時に散布する粒剤や定植時に苗に直接かけたり浸漬する液剤等を活用すると、初期生育での被害が少なくその後の生育も良好になります。（特にアブラムシは罹患すると治らないウイルス病を媒介しますのでご注意ください。）



【タマネギ】

- ・天草地域では超極早生・極早生が栽培しやすい気候ですが、植付が早すぎると玉肥大が悪かったり分球・抽苔（とう立ち）するので、適期播種・植付を行ってください。
- ・苗を購入する場合や育苗する際、箸の太さより細いものを選んだ方が良いです。太い苗は分球や抽苔しやすいです。
- ・定植は、苗の白い部分の半分が土に埋まる程度にしましょう。緑の部分まで植えてしまうと玉肥大に影響が出ます。



年々残暑が厳しくなってきております。作業の際は、熱中症にご注意ください。



分娩介助時の注意点



畜産

井上 正一

下島営農指導センター
080-1729-1626

まだ暑い日が続きますが、この時期は受胎率が低下し、牛の体力も消耗します。分娩事故にも繋がるため、分娩は確実にこなしていきましょう。分娩介助時には、滑車を使うと効率的ですが、注意点もあります。正常か逆子かなどの胎位確認が終わったら、次のことに注意しましょう。

①産道に乗った胎子の周りにおける程度のスペースがあるか

分娩時に胎子が引っ掛かる箇所は主に頭部、胸部、腰部です。特に胸部で引っ掛かると、自発呼吸ができない子牛は死んでしまいます。牽引の前に胎子の周囲をなでるように触って確認しましょう。触って楽に一周できるほどのスペースがあれば、問題なく牽引できる場合が多いです。半周ほどしか触れない、一周できるが手が骨盤に圧迫されて痛いような場合は、産道が広がるのを待ちましょう。

②頭から出てきている時は鼻先まで、後肢からの場合は外陰部から飛節が出ない程度まで引いて、牽引可能か判断する

この位置ではまだ、臍帯が切れていませんので、いったんこ

まで牽引して、最終判断を下しましょう。頭から出てきている場合、胎子の後頭部にまで問題なく手が回れば、経膈分娩が可能と言えます。

③陣痛に合わせた牽引を心がける

すべての確認が済んだら、少しずつ牽引しましょう。この時、母牛の陣痛に合わせて牽引することが大切です。介助者のタイミングだけで引いてしまうと、産道裂創や子宮脱の危険性があります。また、産後の疼痛が強いと、子牛のリッキングを行わない、子牛に攻撃を加えるなどのリスクもあります。母牛が力んだら引く、母牛が休んだら休む、ということを中心に心がけて牽引を行ってください。

・今後の対策

分娩介助は経験を要する難しい作業ですが、道具や工夫で楽になる場合もあります。介助が必要か、どんな処置が適切か、まず落ち着いて判断を下しましょう。



9月・10月の柑橘園管理



果樹

原口 悠貴

下島営農指導センター
080-2725-7775

1. 病害虫防除

| 品種 | 防除時期 | 対象病害虫 | 農薬名 | 収穫前日数 | 希釈倍数 |
|------------|---------|--------------|---------------|------------|--------|
| 極早生 | 収穫前 | 貯蔵病害 | ベフトップジンフロアブル | 収穫前7日まで | 1,500倍 |
| 温州 | 極早生 | 黒点病 | ナティーボフロアブル | 収穫前日まで | 1,500倍 |
| | 9月中旬 | 黒点病 | ジマンダイセン水和剤 | 収穫前30日まで | 600倍 |
| | 10月上旬 | 浮皮防止対策 | シリカブロー | | 1,000倍 |
| 中晩柑 | 9月中旬 | 黒点病 | ジマンダイセン水和剤 | 収穫前90日まで | 600倍 |
| | 10月中旬 | 黒点病 | ナティーボフロアブル | 収穫前日まで | 1,500倍 |
| | 発生初期 | 褐色腐敗病 | ジャストフィットフロアブル | 収穫前日まで | 5,000倍 |
| 共通 | 9月上旬～中旬 | ミカンハダニ・サビダニ | バロックフロアブル | 収穫前14日まで | 2,000倍 |
| | | ミカンハダニ | ダニオーテフロアブル | 収穫前日まで | 3,000倍 |
| | | ミカンハダニ・ホコリダニ | スターマイトフロアブル | 収穫前7日まで | 2,000倍 |
| | | ミカンハダニ・サビダニ | ダニゲッターフロアブル | 収穫前日まで | 2,000倍 |
| | 9月下旬以降 | ミカンハダニ | ダニコングフロアブル | 収穫前日まで | 3,000倍 |
| | | サビダニ・ホコリダニ | コテツフロアブル | 収穫前日まで | 4,000倍 |
| | | 発生時 | カメムシ | スターグル顆粒水溶剤 | 収穫前日まで |
| テルスターフロアブル | 収穫前日まで | | | 3,000倍 | |

2. 施肥

○通常タイプ

| 対象品種 | 肥料名 | 施肥時期 | 10a当たり |
|----------------------|-----------|-------|--------|
| 清見・甘夏・河内晩柑・パール柑・デコポン | 果樹専用スペシャル | 9月上旬 | 4袋 |
| 極早生 | ニュー熊本果樹3号 | 10月上旬 | 7袋 |

3. 河内晩柑落果対策(10月)

1回目:マデックEW 2,000倍 (1~2分着色時) 2回目:マデックEW 2,000倍 (1回目から20日後)

4. 葉面散布

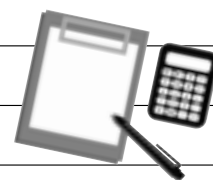
| 目的 | 薬剤名 | 希釈倍数 | 備考 |
|--------|-------------------|--------|----------|
| 果皮強化対策 | ジューシーカル 又は バイカルティ | 1,000倍 | 温州・デコポン等 |

理事会だより

令和6年7月30日（火）午後2時からJA天草会館で開催。以下の議案について審議されました。

〔議 事〕

| | |
|-------|----------------------------|
| 第1号議案 | 令和5年度熊本県常例検査回答書（第2回）について |
| 第2号議案 | 令和5年度決算監事監査（主要改善事項）回答書について |
| 第3号議案 | 令和6年3月期版ディスクロージャー誌の承認について |
| 第4号議案 | 組合と理事との契約の承認について |
| 第5号議案 | 貸出金の審議について |
| 第6号議案 | 令和6年産早期米概算金の設定について |



〔主な議事内容説明〕

・令和5年度熊本県常例検査回答書（第2回目）

法律に基づいて県が組合の業務または会計の状況を帳簿などで検査することを常例検査という。指摘事項は回答書を作り理事会の承認を経て県に提出する。今回は自動車管理や情報セキュリティな対応など7項目について回答。（全会一致で承認）

・令和5年度決算監事監査回答書

監査時に指摘された事業計画の確実な目標達成のための具体的改善点等をまとめた。（全会一致で承認）

・令和6年産早期米概算金の設定

令和6年度6月末民間在庫量は基本指数を下回ることが見込まれる。7年6月末民間在庫も基本指数を下回る水準であり、需要と供給のバランスが崩れ6年度の概算金は1袋当たり3000円高となった。

・このほか組合と理事との契約の承認、貸出金など4議案が審議され、全会一致で承認されました。



実績報告

- 事業実績報告・総合財務報告
- 余裕金運用状況報告および令和6年度第2四半期運用方針・支所別損益状況について
- 専門委員会報告

報告事項

- 第7次JAあまくさ活動総合3カ年計画令和5年度実績（抜粋）報告について
- 出資金増資運動の実績報告について
- 役員との取引状況（第一四半期）について
- 令和6年度6月末自主検査報告について
- 令和5年度資格試験受験者数及び合格者数について
- 令和6年度第11回【ぐりっと天草清掃活動】の実施について
- 貯金金利報告について
- ポイント事業の取扱事業者の変更について
- 市況速報



★プレゼントクイズ★

JAあまくさは組合員地域皆様方の満足度 100%を目指しています。

21 20 19 17 15 13 11 9 7 6 5 3 1

わらなどで編んで米や炭を詰めます
「ー」や「ー」のこと
長く連れ添った夫婦は似てくるとか
アキアカネ、オニヤンマといえは
からすみはボラなどのーを加工したも
のです
食パンのふちの部分
筒に強く息を送り込んで矢を飛ばしま
す
派手なところがありません
明日の授業に備えてーをした
房で売られる果物
神の起こした洪水を箱舟で乗り越えま
した
天竺牡丹(てんじくぼたん)とも呼ばれ
るキク科の花
一時的に寝ること

タテのカギ

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？

ハガキに、JAあまくさに対するご意見ご要望など、どしどし御寄せください!

★クイズ景品★

正解者の中から抽選で5名の方に、災害時に備えたオススメ非常食きのこリゾット他5品セットをお送りします。



マジックライス



きのこリゾット

| | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 6 | 3 | 0 | 0 | 3 | 2 |
| 天草市太田町1-2 | | | | | | |
| JAあまくさ | | | | | | |
| 総務企画部 | | | | | | |

クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号
今月号の中でよかった記事・身近な出来事や話題・ご意見・ご要望をお書きください。

◆応募締切◆ 9月30日必着

※「身近な出来事や話題」は『みんなのひろば』に掲載させていただく場合がございます。投稿者名はインシャルで掲載いたします。

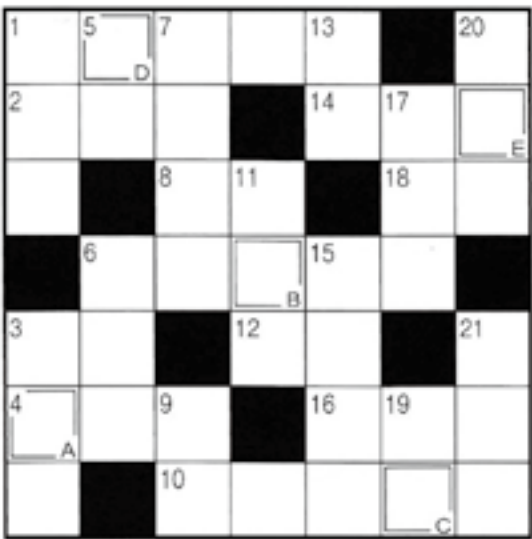
ヨコのカギ

- 9月2日はーの日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ドミノとかドファラとか
- 握りずしを数えるときに使う言葉
- ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- 前身は江戸です
- 敬老の日にーへ日本酒を贈った
- 素晴らしい考えのこと
- 南の島に似合う植物
- ー手振りを交えて説明した
- 急須のお茶を注ぎます
- ノブを持ってあげます

クイズ当選者

7月号のクイズの答えは、「さるすべり」でした。抽選の結果、次の方々在天草産「新米2キロ」をお送りします。おめでとうございます。(月末までに配送予定です)

- | | |
|------|---------|
| 天草町 | 松山紀美子さん |
| 姫戸町 | 濱崎 茂美さん |
| 倉岳町 | 小浦奈津美さん |
| 新和町 | 山川 雅也さん |
| 久玉町 | 濱崎 由美さん |
| 大矢野町 | 汐田牟都子さん |
| 龍ヶ岳町 | 大田 未佳さん |
| 倉岳町 | 瀬崎 幸子さん |



みんなのひろば

(松島町 Mさん 74歳)
結婚して2年になる娘夫婦に赤ちゃんが授かるようにと宇土の粟島神社へ願掛けに行ってきました。

(姫戸町 Hさん 87歳)
7月号の「キビナゴ」のおおさ汁おいしそつですので作って食べます。指の脳トレもさっそく始めました。

(新和町 Uさん 63歳)
7月号の「農大生農家派遣研修受入の記事」、近所の農家が次の世代のことを考え頑張っており感動し、考えさせられました。

(新和町 Yさん 77歳)
7月号天草人、山本翔太さんとても頼もしく将来に希望が持てます。頑張ってください。

(河浦町 ーさん 72歳)
この地に生きる天草人はいつも興味深く読んでいます。屋根掛けデコポンのビニール剥ぎに西支所の作業班3人が来てくださいました。汗だくの中の作業、感謝です。

(倉岳町 Kさん 74歳)
天草直売とれたて市場で「ムッキーちゃん」を買いました。皮のあるみかんをむくとき楽々便利な皮むき器ですよ。

(姫戸町 Yさん 66歳)
3か月前約10年間介護した父が施設に入所しました。寂しいですがどこかホッとしています。



編集後記

～編集係の
と
ホット
ひとこと～

4月から天草拓心高校を取材している。8月16日付の日本農業新聞の見出し「農高教員見合わぬ待遇」に目が留まった。授業前や終業後に栽培する作物や家畜の飼育管理などを担い、休日も圃場や畜舎へ向かう。待遇悪化が常態化し激務に見合った待遇が受けられず教員の成り手不足に拍車をかけているという。農業の担い手育成のためにも状況が改善されることを切に願う。(T.M)



オクラの粕漬 (倉岳町)

ごはんのお供に絶品



地域の方に自慢の料理を紹介してもらいます。

私の十八番料理♪

NO.4

材料

- オクラ……………1500g
- 酒粕……………1500g
- 砂糖……………600g
- 塩……………50g～80g



作り方

- ① オクラを塩漬けする
容器にオクラを入れて適量の塩をふって重石をする。(10日ほど漬ける。)オクラがべったんこになったら塩漬け完了。
- ② 酒粕は砂糖と混ぜておく
- ③ 塩漬けしたオクラはよく洗い1時間ほど塩抜きする
- ④ 塩抜きしたオクラの水気を取り、②に漬ける
- ⑤ ジッパー袋に入れて冷蔵庫の野菜室で約1カ月ほど寝かせる
- ⑥ 1ヵ月過ぎたら食べてみて塩が抜けて美味しいと思えるころが食べごろです。



◀昨年11月に塩漬けしたオクラ



今回紹介いただいたのは、JAあまくさ女性部東総支部倉岳支部長 中上雄子さん

ここがポイント！

塩漬けは1年くらい美味しく食べられますので保存食としても良いですね。

健康や美容に良いと言われる酒粕を使って漬物作ってみませんか。

天草で唯一農業が学べる学校 熊本県立天草拓心高校の取り組み



隔月で紹介します

育てた豚を食す食味会 いのちの大切さ考える

7月18日、生物生産科では初めての試みとして、畜産部門で生まれ育てた豚を食す食味会を本学科の生徒・職員で実施しました。生徒たちはこれまで、豚の繁殖・分娩・肥育・出荷までを実習の中で経験してきましたが、育てた豚を実際に食べる機会はほとんどありませんでした。そこで、自分たちで生産した豚が、豚肉としてどのように加工され、食卓に上がるのか、『食べる・味わう』ことで、普段行っている飼養管理の意味や『いのちの大切さ』について考える良い機会となりました。また、(株)協栄監修・ご協力のもと文化祭で販売予定のハンバーガーの試作も行い、大盛り上がりの食味会となりました。



育てた豚を食す生物生産科生徒たち



(株)協栄監修ハンバーガー試作



るっくるっくチャイルド



菜々心ちゃん 5才

華歩ちゃん 7才



れお 怜旺くん 5ヶ月

倉岳町
松田 幸之助さん・久美香さん
★5月のこどもの日。三人仲良く
ショウブをまいて はいチーズ☆



莉帆ちゃん 1才

亀場町
原田 幸博さん・眞実さん
(新和町在住の原田 敏明・ますみさん
のお孫さん)
(二浦町在住の山口 泉一・福美さん
のお孫さん)
★元気にすくすく成長中です♡

一馬くん 7才



春斗くん 5ヶ月

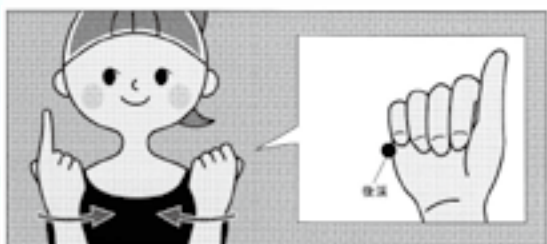
大矢野町
鬼塚 真也さん・幸恵さん
★じいちゃん、ばあちゃん
いつも かわいがってくれて ありがとう!



募集 るっくるっくチャイルド&みんなのひろば!!

本誌では、みなさんからの応募をお待ちしています。
広報誌を飾るのは、あなた達です!!!

指先が飛び移るように指を素早く入れ替える



(1)両手を肩の辺りに持ってきて軽く握ります。右手の人さし指を立てて構え、左右のこぶしの小指側を合わせるようにトントンと2回たたきます。視線は右手の人さし指に合わせます。



(2)3回目、右手の人さし指を元に戻し、左手の人さし指を立てます。視線も左手の人さし指に合わせます。



(3)左右のこぶしの小指側をトントンと2回たたきます。視線は左手の人さし指に合わせます。



(4)3回目、左手の人さし指を元に戻し、右手の人さし指を立てます。視線も右手の人さし指に合わせます。
(5)(1)から(4)を5セット繰り返します。

応用：人さし指でスムーズに行えるようになったら、小指でも挑戦してみましょう。

指を素早く入れ替え反射神経を鍛える(3)

反射神経を鍛える体操の3回目です。こぶしの小指側をトントンとたたきたくことで、動きに弾みが出ます。

「トン、トン、トン。トン、トン」と声に出しながら行うと良いでしょう。

慣れてきたら秒針の速度に挑戦。左右に飛び移る指先を見ながら繰り返すと目の老化防止にも役立ちます。気持ち良い程度の強さでたたきながらテンポ良く行いましょう。

また、小指側の一番出っ張る部分には「後溪(こうけい)」というつぼがあります。腕の血流

不良の改善に効果があり、老廃物の排出も促します。頭痛、首や肩凝り、目の疲れなどの解消にもお勧めです。

健康生活研究所長 ● 堤 喜久雄

脳トレー 手足の体操

J A あまくさ移動金融店舗車

運休日のお知らせ (9月・10月)

9月16日(月)敬老の日 **9月23日(月)振替休日**
10月14日(月)スポーツの日 **は運休とさせていただきます。**

※詳しい運行スケジュールは、JAあまくさホームページでご確認ください。

子どもたちの未来に **国消国産**
 食の安心をつなく

私たちの国で消費する食べものは、
 できるだけこの国で生産する

その考え方を **国消国産** といいます。

乃木坂46は、国消国産を応援しています。

国消国産 で、日本の「食」に安心を!

私たちの食べものは、自然の力を活かし、多くの時間をかけて作られています。足りなくなったからといって、すぐに作ることはできません。でも、日本の「食」は今、多くのリスクを抱えています。

日本の「食」が直面している「5つのリスク」

- 食料の多くを輸入に頼る日本。輸入がもし止まったら、どうなる?
- 農家と農地が減っている。私たちの食べものは、どうなる?
- 世界や日本で自然災害が増加。農業が受けるダメージは、どうなる?
- 増え続ける世界の人口と食料需要。輸入量に頼る日本は、どうなる?
- 高止まりする肥料・家畜のエサ・燃料。農家の経営は、どうなる?

自給力アップで、いざというとき安心!

おいしくて安全・安心な食事を実現!

国産を食べると、いいこといっぱい!

国消国産 が日本の食の未来をつくります。

日本の農業を食べて応援できる!

輸送で出るCO₂を減らし、SDGsに貢献!

メンバーが調理を楽しむ動画を公開中! ぜひアクセスしてください!

乃木坂46 国消国産

JAグループ 乃木坂46