





- 天草町 -

ます だ 田 ^{りゅういち} **詳**しっさん(29)

タビューしました。

美佳さん(29)

ニトマトがたわわに実るハウス内で作業する益田さんにイン なにより楽しい農業を目指して頑張りたいと話し、真っ赤なミ なもので楽しい」と話していました。規模の拡大と経営の安定、

、取材日:平成28年3月10日)

した際に「体力的にきつい部分があるけど、仕事が趣味みたい天草町でミニトマトを栽培している益田龍一さん。昨年取材

◎ミニトマト10%

CONTENTS

天草人……… P2~3 特集「アグリキッズ・女性大学卒業式」P4~5 営農情報····· P6~7 目的別グループ紹介・うまかもん・トピックスP8~9 退職のご挨拶・異動一覧……… P10~13 理事会だより・我が支所の愛撮る・みんなのひろば P14~15

`{{\\$\!

といわれるほど健康 ヨーロッパでは「トマトが赤くなると医者が育くなる」といわれるほと健康効果が知られているトマト。ミニトマトにはビタミン・カリウム・食物繊維などが豊富に含まれています。赤色種に含まれるリコピンという成分は、抗酸化作用があり脂質やたんぱく質を変性させる活性酸素を消去する働きがあるので作用があり脂質やたんぱく質を変性させる活性酸素を消去する働きがあるので「がんの予助」や「多化の予助」に効果の違い野草とされています ョーロッパでは「トマトが赤くなると医者が青くなる」 作用があり脂質やたんぱく質を変性させる法性酸素を消去する働きがあるの 「がんの予防」や「老化の予防」に効果の高い野菜とされています。 「かんの予防」や「老化の予防」に効果の高い野菜とされています。 トマトは肉や魚介類と一緒にとると、相乗効果でうまみがアップします。 た、お弁当やお皿の彩りに欠かせないミニトマトをご賞味ください。

_{今月の}あまくさっき



天草町

天草小学校1年生

ミニトマト美味しかったよ~!!(^.^)

家で野菜や柑橘のお手伝いをしていて、農業や自然に触れ合って います。

就農されたきっかけを教えて下さい

農給付金制度を活用して独立しました。 くなり姉一人で栽培するようになりました。一 た。作業内容などを姉から教えてもらい、 大変なので大学を辞め天草に帰り、 校を卒業し農業大学へ進学しましたが、 親が元々農家でミニトマトを栽培していました。地元 姉の手伝いを始めまし 19歳の時に父親が亡ていました。地元の高 27歳の時に青年就 一人での作業は



-現在の作業内容は

なる頃からピークを迎えます。ら6月下旬までを収穫の予定としていて、3月中旬の暖かく葉かぎや誘引、水やりや施肥を行っています。10月中旬か

今年の出来はどうですか

の事で導入してみました。 しました。CF小鈴より収量が期待でき、大玉傾向になるとです。今年度から新たな品種のミニトマト「T804」を定植期が重なり飽和状態になったため、単価は例年より少し低い助し全国的に台風の影響を考慮し定植時期をずらし収穫時収穫量は例年並みですが、糖度は高い傾向にあります。し収穫量は例年並みですが、糖度は高い傾向にあります。し

心掛けていることはありますか

分から微生物を使用した農薬散布を導入しました。化学農薬での散布をできるだけ減らすため、昨年8月の定植安心・安全なミニトマト栽培を心がけています。そのため

性が高いので期待しています。せることを目的としたものもあり、人や環境に対しても安全を菌と天然の銅が有効成分で、カビ予防の活動性を低下さ

休みの日は何をしていますか

行を予定しています。た2月に結婚したので、収穫が一段落する7月以降に新婚旅た2月に結婚したので、収穫が一段落する7月以降に新婚旅家の掃除をしたり、ドライブや温泉に出かけています。ま

今後の目標を教えてください

います。す。また栽培面積も増やして夫婦で頑張って栽培したいと思す。また栽培面積も増やして夫婦で頑張って栽培したいと思現在は栽培や収穫作業をしながら経営の勉強をしていま



JAあまくさアグリキッススクール 卒業なめてとうこざいます

笑顔の卒業式

第9期JAあまくさアグリキッズスクールは2月20日に卒業式を開催し、今年度は32人が参加し、「食」と「農」について学びました。

式では卒業証書・卒業アルバムの授与や皆勤賞の表彰、1年間の活動をDVDで振り返りました。川口組合長は「今年は新たに田んぼアートや茶碗づくりにチャレンジしました。体験した事で食べ物を大事にする心と、スクール生と共に体験した事での友達の輪を大切に、心身共に健康になってほしい」と挨拶しました。

体験発表では、4班の班長を務めた鶴浜愛菜(5年生)さんは、「どの回もスタッフやスクール生のおかげで楽しく参加できました。アグリキッズで学んだ事を今後の生活に取り入れて毎日を大切に過ごしたい」と発表しました。

節目となる第 10 期のアグリキッズスクールを 5 月から行う予 定ですので、興味のある児童はぜひご参加ください。



みんなで一年間の思い出を寄せ書きしました





卒業おめでとう♪



ス<mark>クール生のた</mark>めに紅白餅を ペッタン!ペッタン!



皆勤賞!一年間よくがんばりました



体験発表した北野天海くん

JAあまくさ 女性大学







触診しました

女性のがんについて学びました



謝恩会では各地の味を楽しみ一年間を 振り返りました





発症確立の高い乳がんにや、女性のがんの中でも た。 のメリット・デメリット 種健康管理活動や健診 たマネキンを使い自己触 い人やできやすい所、 ついても説明がありまし JA熊本厚生連の各 乳がんにかかりやす ま

域でも活かしてもらいた 義を受けられた事を地 授与や皆勤者を表彰。 真剣に耳を傾けました。 ても説明があり、 組合長は「一年間の講 卒業式は、 卒業証 学生は 川書



卒業証書・皆勤賞の授与

学は2月17日、 管理部の上野栄里子氏 の講義と卒業式を開催 て」を受講しました。 から「女性のがんについ JA熊本厚生連健康 Aあまくさ女性大 第6回目

加者は

「毎回の講義で楽

い」と祝福しました。

輝く女性になってほ

<u></u>

年間を振り返りまし

います。また参加したい

しませて頂いて感謝して

りながら、天草の味を楽が郷土料理を持ち寄り、と各支部の生活指導員 しみました。 天草の味を楽しもう_ 終了後、 謝恩会で

た。 的 に 年 6 I 地域女性が生活・健康・ きいきとした地域づくり ついて共に学び合い、い 食育・環境問題などに に参加参画する女性と この大学は、 教養を深める事を目 心豊かに生活するた 回活動しまし

診の方法や注意点につい





水稲情報



新木 真 指導販売部 0969-22-1105

①水田除草剤の適正使用

農薬は、あらかじめ品質・効果・残 留性などが、基準によりチェックされ、 問題がないと判断された薬剤が農林水 産大臣の登録を受け、販売・流通して

水田除草剤として製品に貼付されて いるラベルには効果や薬害、残留性等 ▮ から設定された使用基準や使用上の注

意事項が記載されています。その内容を遵守して使用 してください。薬剤の特長や散布方法を把握し効率よく 利用し、特に散布時や散布後数日間(7日程度)の水 管理には十分注意を払う必要があります。湛水状態を 保つことは、安定した除草効果が得られるばかりでなく 水田水系外への除草剤成分の流出を防止するためにも 重要となります。

散布した除草剤の有効成分は水田土壌の表層に吸着 されて除草効果を発揮します。安定した効果を得るた めには、この処理層を壊さない水管理が大切です。落

水や漏出を防ぎ、掛け流しを行わないようにしましょう。 また、水が少なくなり田面が露出するとその部分の除 草効果が低下しますので減少分をその都度補充してく ださい。

②有効茎数の確保と中干し

除草期間が終了したら有効茎数を確保するために暖 かい日中は浅水管理で分げつの促進に努めてください。 1株の茎数が18本程度確保できたら中干しを行ってく ださい。(平年では5月20日頃より)水管理を容易に するために、中干し前の土が軟らかい時に「溝切り」を 行いましょう。

③中間施肥 病害虫防除

中干し前に、茎を丈夫にするために珪酸加里を 10~ に $20 \sim 30 \text{kg}$ 施用してください。

補植苗は病害虫の発生要因となりますので、早めに 取り除きましょう。また、畦畔の除草による耕種的防除 に努めましょう。



4月の柑橘園管理



上島営農指導センタ-080-1729-1632

1月2月と寒い日が続きましたが3月に入り、降雨と: 3. 施 ともに気温も上昇してきた様に感じます。

露地栽培のみかんでは3月に充分な降雨があったた め、発芽も順調に進んでいくことが予想されます。4月 では発芽に伴い防除・枝梢管理(着花確保)が今後の 管理のメインになります。樹を良く観察し、適期管理に 努めましょう。

1. 河内晩柑の収穫とその後の管理

通気の良い冷暗所で予措を行い、ポリ個装を実施し ましょう。また、今後は気温の上昇に伴い庫内の温度も 上昇しますので、朝夕の換気に努め貯蔵管理を行いま

品種名	区分	収穫時期	予措期間
河内晚柑	後期採取	4/1 ~ 4/20	7日程度(2%)

2. 病害虫防除

温州みかんについてはそうか病が多い園では4月の 下旬に再度、デランフロアブルを1000倍で散布を行 いましょう。

項目	散布時期	対象病害虫	農薬名	希釈倍数	備考
温州みかん	上旬	そうか病	デランフ ロアブル	1000 倍	そうか病が 多い園では 4月下旬に 再度

○通常タイプ

対象品種	施肥時期	肥料名	10a 当たりの 袋数
全品種	4月上旬	硫酸マグネシウム	2袋
中熟 · 普通温州		熊本果樹肥料 10-7-4 又は	5 袋
デコポン	4月上旬	ひのくに果樹 9-3-3 又は 熊本デコポン 8-3-3	3袋

4. 葉面散布

樹勢が落ちている場合貯蔵養分の不足が考えられま すので、発芽~新梢伸長期はチッ素系の葉面散布を行っ て下さい。また、緑化が遅れそうな場合は、マグネシウ ムの葉面散布を行いましょう。

目 的	資材名	希釈倍数	備考
樹勢回復·	アミノジューシー N14	500倍	いずれかを
樹勢維持	神協スピリッツ	1000 倍	ご使用下さい
緑化促進	葉面マグ	200 倍	





1年1産を目指した和牛の 「ストレスゼロ」の飼養管理



太田 拓真 上島営農センター 080-1707-9237

飼養管理での留意する取り組み

「ストレスゼロ」の飼養管理を行うにあたり、留意し た項目を表 -1 に記した。

1) 放牧主体の飼養管理

母牛は分娩前後のものを除き、省力化と飼料費削減 の目的に加え、正常な卵巣周期に不可欠なビタミン・ミ ネラルを自然の状態で牧草から摂取出来るよう、また自 由運動による過肥の回避と足腰の強化が図られるよう、 夏山冬里方式による放牧主体で管理する。

(表-1)飼養管理面で留意する取り組み

- 1. 夏山冬里放牧を主体とした飼養管理
 - →放牧からの天然ビタミン・ミネラルの摂取
 - →自由運動による過肥の回避、足腰強化
- 2. 畜舎環境の整備
 - →十分な運動と日光浴が出来るように畜舎パドック
- 3. 母牛のライフサイクルを重視し、年間を通じ不変的 な飼料給餌
 - →1年を通じ朝夕の給餌時刻を一定

4. 後継牛の保留

→母牛産子の産肉能力、血統、種牛 性(繁殖性、子育て)等に優れた 雌系統を積極的に保留

2) 畜舎環境の整備

舎飼時は、十分な運動と日光浴が出 来るよう畜舎にパドックを併設。また 暑熱や寒冷、換気対策に配慮し外的要 因によるストレスを排除

3) 年間を通し不変的な飼料給餌

天候や季節、従事者の都合で母牛のライフサイクル が日々変わる事のないよう、給餌時間を1年を通し一 定し、朝・夕の2回給与。またルーメン内細菌叢の乱 れが最小限となるよう、冬場に給与する粗飼料は夏場 に収穫した牧乾草を主体に、なるべく構成内容(品種と 役割)が変わることのないよう、配慮して調節する。

4) 後継牛の保留

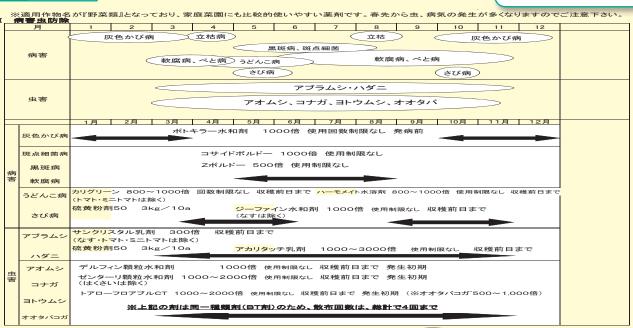
生産性を重視し、後継牛は産子の産肉性や血統に加 え、管理の容易さ、繁殖性、子育て能力(哨乳能力)等 の種牛性に優れた系統を積極的に保留する。



野菜類防除基準



寺田 到 上島営農指導センター 080-6897-7996



○降雨の後に防除
 ○チッソが効いて軟弱な場合には注意
 ○温度が下がってきたら、べと病の防除
 ○乾燥してきたらうどん粉病の防除
 ○雨が多い場合は細菌病、カビ病ともに予防剤散布
 ○風が良く当たるところでは細菌病が多い(防風ネット利用)

虫害防除

○強い風が吹いたら、虫が増える○乾燥したらダニが増える○雨が多いと、全般的に虫は少ない○虫が見えたら防除。7日~14日後に卵や蛹が

降雨 - 湿度条件 生育環境の観察+防除

やや高温・乾燥・風で多発、降雨で減

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:マンゴ

地区:松島町阿村 代表者名:岩崎 利加子 メンバー数:15人

活動場所:ふれあい広場体育館

活動日:月曜日:木曜日

内容:ミニバレー

モットー:明るく!!楽しく!!元気よく!!

活動のきっかけを教えてください

20年ほど前から活動していました。その時は違う名前で活動してい ましたが、JAの目的別グループができた時に「マンゴ」にチーム名を 変えました。当時他の人が健康増進のため、ミニバレーをやっていたの を引き継いで活動しています。

─楽しい事やうれしい事を教えてください

50代~70代の方が参加していて、年齢層も広いですが和気あいあ いと楽しんでいます。

- 今後の目標を教えてください

ミニバレーを通して足腰の悪い人が早く良くなって元気になれる事で す。









5月号の見どころを紹介



特集 「だし」は日本の宝

いま、世界から注目が集まる「和食」。そのお いしさの根幹を支えているのが日本の「だし」で す。脈々と受け継がれてきた「だし」の魅力を 再発見するとともに、おいしいだしのとり方を紹 介します。

新連載 農がたり

食料を生み出す農、環境をつくる農、暮らし に寄り添う農……。農にはさまざまな役割や可 能性があります。そんな農への思いを各界の著 名人に語ってもらいます。経済成長、効率化、 自由貿易、規制緩和、グローバル化ばかりが評 価されがちな今、ちょっと立ち止まって考えるヒン トにしてください。

定価 906 円 (税込)

育てて楽しむ ふわふわの和綿

生産量は限られているけれど、いま、和綿として注目が 集まる綿(わた)のプランターを使った栽培法を紹介しま す。さらに収穫した綿を使った簡単なクラフトも取り上げま す。種プレゼントも予定しています。

定価 470 円 (税込)

特集 JA出資型法人の未来 ~求めら れる役割とは~



これまで日本農業を支えてきた中心世代がいよいよリタイア をし、担い手の確保はどこの農業現場でも急務となっていま す。これまでの延長線上で担い手育成や産地形成を考えて いたのでは追いつかず、JAとしても積極的に手を打っていく 必要があります。そこで注目されているのがJA出資型の農業 法人。JAが農業生産を積極的に支えるとともに、後継者の 育成もしていくという取り組みです。担い手育成の視点からJ A出資型法人はどうあるべきなのかを考えます。

定価 590 円 (税込)

お申し込みは最寄りの支所まで!

フルーツティラミス



料理研究家●波多野充子

材料 (直径 6cm のグラス 2 個分)

的特(世任の間の))	八乙间为人
クリーム	イチゴ (中) 8個
厂豆乳ヨーグルト100g	オレンジ 1/2 個
マスカルボーネチーズ 60g	ビスケット 5~6枚
蜂蜜かメープルシロップ 大さじ2	エスプレッソコーヒー 50ml
_ ラム酒やリキュールなど 小さじ 1	

つくりかた

- (1) ヨーグルトは60~70gになるまで2~3時間水切りする(水切りは、ざるにキッチンペーパーを敷きヨーグルトを入れて冷蔵庫で)。硬めなヨーグルトの場合は水切りが不要の場合もある。 (2) クリームの材料を混ぜ合わせる(甘味と香り付けのお酒はお好みで量を

- 2) クリームの材料を混ぜ合わせる(日味と香り付けのお酒はお好みで量を 調整)。 3) ビスケットはコーヒーに浸す。コーヒーは濃いめのインスタントコーヒー (3g に熱湯 50ml 程度) でも大丈夫。 4) オレンジとイチゴ 4 個は小さく切り、イチゴ 4 個は上部飾り用に大きめ に切る。

NEWS TOPICS

小宮地・大宮地営農改善組合設立総会

新和

小宮地・大宮地営農改善組合は設立総会を開きました。同 組合は、小宮地・大宮地地区における担い手への農地利用集

積等を通じて、地域の農業の振興と農業経営の改善を図る事を目的としています。

2地区では、農業従事者の高齢化と後継者不足により、地域の農業の担い手が減少してきている中、昨年4月に熊本県「農地集積加速化事業」の重点地区指定を受け、5月に「事業推進委員会」を設立。事業説明会を開き、またアンケート調査により参加同意を求めて協議を重ねました。

同組合には344人が参加。全員の農地198,83の内、現在集積面積は46.33だが、2019年には84.23を目標に掲げています。





各組合の役員・来賓

品質や着色を確認 有明

JAあまくさ園芸部会 イチゴ部会は2月16日、 イチゴの出荷最盛期を前 に上島集送センターで中

間検討会を開きました。生産者・市場・JA関係者約20人が参加し、これから高温期を迎えるにあたり、果実の品質や着色などについて協議しました。

部会員は出荷規格や高温期の管理について確認 し、現物を見ながら今後の生産・出荷について市

場関係者らと意識の統一を図りました。

JA指導員は「冬から春に向けての温度管理を変更し、適期の栽培管理、病事虫の適期防除を徹底して最後まで収量を確保してほしい。」と部会員へ呼びかけました。



品質や着色の確認をする部会員・ 市場関係者

パール柑販売定評 大矢野

「遅いあなたが 主役です」がキ ャッチフレーズ の、天草パール

ラインマラソン大会。美しい海に囲まれた天草の 景色や、沿道からの暖かい声援、地域を上げての 「おもてなし」を楽しみに、全国から多くのランナ ーが参加しました。

大会にはJAあまくさ職員や女性部部員がボランティアスタッフとして参加。また主会場では、JAあまくさのブースを設け、特産品の「パール柑」を生産者・職員が販売しました。

参加者は「寒波の影響で味を心配したが、あいかわらずおいしかった。パール柑を買いに来るのが毎年の楽しみ」と話しました。一人で20箱(1箱2kg)購入した方もいて、約300箱を売上げ

ました。職員は「地域のイベント等にも積極的に参加して、特産品やJAをPRして、組合員の営農の上や地域農業の振興に努めたい」と話しました。



突顔を交わす生産者と購入者

退職のごね



松尾 良三

て頂きました。 ちまして定年退職させ この度、3月末を持

させて頂き34年間、今 謝申し上げます。 の賜物と心より深く感 様方の御指導・御支援 組合員を始め、地域皆 家族はもちろんの事、 日まで過ごせた事は、 私は入組以来、 昭和56年6月に奉職

も濡れながら対応に追 風・大雨等には夜中で 路除雪、水道管の修理、 われ、また大雪時は道 の戦いに明け暮れ、台 糞尿処理と疾病対策と た。当初から現在まで、 営に携わって参りまし 産の事業所2カ所の運 飼料の確保等苦難の連

良き思い出となってお 及び、慢性疾病対策な 実施、防疫体制の確立 蹄疫・PEDの発生に ど、今ではその全てが より農場立入り制限の 疾病においても、口

変お世話になりした。 致します。長い間、 致しますよう御祈念申 まくさが更なる発展を し上げ退職の御挨拶の 皆様方、そしてJAあ 最後に組合員・地域

組合を選択定年退職致しまし ちまして、あまくさ農業協同 私事、この度3月31日を持

謝申し上げます。 の皆様はもとより、地域の皆 した。これもひとえに組合員 め40年間勤める事が出来ま 御支援の賜物と心より深く感 様、役職員の皆様の御指導と 農協に入組し臨時期間を含 昭和52年4月に旧新和町

に成るかと思います。 学んだ事が私の一生涯の財産 が多くの人と出会い、そして り多くの経験をさせて頂きま た事、色んな事がありました した。嬉しかった事、辛かっ 思い返しますと、農協に入

貰いたいと思います。今後農 り組んで行けるか、地域とJ なっていくと思います。高齢 切って貰いたいと思います。 業環境は益々変換するものと なり、如何に地域で管理して く、それに伴い放棄地も多く 営理念の下、組合員、役職員 思いますが、JAあまくさ経 Aが一体となって取り組んで いくか、またJAが如何に取 化が進み農業を辞める人も多 く環境は益々厳しい状況下に 体となり、この難局を乗り また、天草の農業を取り巻

御挨拶とさせて頂きます。 発展を御祈念申し上げ退職の 勝とJAあまくさの益々の御 最後に組合員皆様の御健

ました。

間お世話になり、あり

させて頂きます。長い

がとうございました。

私事、この度3月31

導の賜物と心より深く 皆様方の御支援・御指 める事が出来ましたの 間という長きに亘り勤 農協に入組以来、37年 年退職をさせていただ 日をもちまして選択定 は、組合員及び地域の 昭和57年に旧佐伊津

ます。 張ることができたこと 嬉しく思い感謝いたし ができたことを本当に ろいろな事を学ぶこと との出会いにより、い ませんが、多くの方々 在職中の思い出は尽き と思います。37年間の が、今に繋がってきた いましたが、諸先輩方 の仕事に不安を抱いて でと違った環境の中で 本所勤務となり、今ま 成4年の合併と同時に や同僚に助けて頂き頑 感謝申し上げます。 振り返りますと、平

ました。 り、ありがとうござい 当に長い間お世話にな とさせて頂きます。本 申し上げ退職の御挨拶 ご発展を心よりお祈り JAあまくさの更なる 方の御健勝・御多幸と 最後に組合員の皆様



平田まゆ子

ら深く感謝申し上げま 域の皆様方・役職員 歳月が過ぎました。こ 職を迎える事となりま 皆様方のお蔭と、心か 皆様方はもとより、地 れもひとえに組合員の 農協に入組以来42年の 和49年4月に旧牛深市 日を持ちまして定年退 した。顧みますと、昭 私事、この度3月31

間勤務させて頂きまし 町農協に入組以来42年

あげます。

申し訳ありませんでし 事になってしまい大変 の賜物と心より感謝申し

ひとつで、組合員の皆 半減というのも条件の 受入条件が、出資金の げて頂きました。その

様方には痛みを与える

さま方のご指導、ご支援 さまを始め地域住民の皆

し上げます。

昭和49年4月に有明

物と心より深く感謝申 の御指導・御支援の賜 地域の皆様、諸先輩方 員の皆様はもとより、 職出来ました事は組合 た。長きに亘り無事奉 月31日に退職致しまし

町農協へ奉職、35年7カ

昭和55年9月に旧有明

信頼を失う事となり 間もなく不祥事により

月の間、無事過ごせまし

円の支援制度を立ち上 ました。その中で12億

た事は、偏に組合員の皆

り乗り切って行かれる 状況でありますが、組 巻く環境は大変厳しい げます。昨今のJAあ 賜りたくお願い申し上 御指導・お付き合いを 事と思います。 合員・役職員一体とな まくさ及び地域を取り ので、これまで同様の たいと思っております て農協に携わっていき 今後は一組合員とし

> の度々組合員・地域住 と勤務させて頂き、そ 浦・大浦・赤﨑・本所

導と御厚情に支えら 民の皆様の温かい御指

されます。

御発展を御祈念申し上 い間ありがとうござい げ退職の御挨拶とさせ て頂きます。本当に長 Aあまくさの益々の 御健勝と御多幸と、 最後に組合員皆様方

> 益々の発展を御祈念申 健勝とJAあまくさの が、組合員皆様の御

し上げ退職の御挨拶と



石本 義文



福永

上村 武夫

所長、上島集送センター、 を始め、統合選果場、支 帳の仕方など一緒に勉強 た。特に青色申告関係に の皆さま方と最も接点の 指導販売事業と組合員 した事が懐かしく思い出 から携わらせて頂き、記 つきましては、取組当初 て大きな財産となりまし した事は、私にとりまし ある場所で仕事が出来ま 在職中は、支所貯金係

合の組織を上げた力強

また連合会及び他組

い御指導と御支援を頂

決議を頂きました。 た。総会も二回行

えています。

下津浦・島子・上津

と迷惑を掛けたのを覚 返しで先輩方には随分 分からず、失敗の繰り た。当初は仕事がよく

りました御教示を胸に、 行きたいと思っておりま 新たな気持ちで頑張って 今後は、皆様方から賜

頂いた御厚情のおかげ

と感謝致します。

本当に長い間お世話

岳・御所浦・松島と赴

が出来ますのも、

龍ケ

無事退職を迎える事

任しましたが、その時

申し上げます。

いた方々に心より感謝 で、連合会から出向頂 ができました。その中 き支援制度を受ける事

ら厚くお礼申し上げま 来ました。改めて心か れ今日を迎える事が出

最後になりました

を御祈念申し上げ退職 り申し上げ、そしてJA 勝とご多幸を心よりお祈 の御挨拶とさせて頂きま あまくさの更なるご発展 最後に、皆様方のご健 今後の御健勝・御多 幸をお祈り申し上げま ざいました。皆様方の になり、ありがとうご

この度、平成28年3月 この度、 定年退職致

末を持ちましてJAあま

くさを退職させて頂きま

龍ヶ岳農協に入組して

します。振り返れば、

鉄郎 川口

を退職させて頂きまし ちましてJAあまくさ この度3月31日を持

援の賜物と心より深く 32年間今日まで無事 協に奉職させて頂き 感謝申し上げます。 皆様方の御指導・御支 に過ごさせて頂いた事 職員として旧河浦町農 昭和59年3月7日に 組合員を始め地域

生活課Aコープ葬祭 用·自動車査定·貸付

世話になり、 多幸を御祈念申し上 うございました。 ます。本当に長い間お の御挨拶とさせて頂き うお祈り申し上げ退職 と思います。 生を頑張っていけたら さが益々発展しますよ 合員皆様の御健勝と御 験を活かし、 今後はJAで得た経 そしてJAあまく 最後に組 第二の人

> たいと思います。 有意義に過ごして行き

最後に組合員皆様

御挨拶とさせて頂きま 御祈念申しげ、

ありがとうござい 本当にお世話にな

申し上げ退職の御挨拶と の皆様の御健勝を御祈念 発展と組合員、地域住民

こざいました。

させて頂きます。

くさの更なる御発展を 方の御健勝とJAあま

退職の

た。

大変お世話になりまし

す。最後になりましたが 援していければと思いま 後は一組合員として応

JAあまくさの益々のご

合員の皆様、

在職中は

事は、組合員の皆様は 勤めさせて頂きました 年6月に旧栖本町農協 くさ農業協同組合を退 日を持ちまして、 深く感謝申し上げま 御支援の賜物と心より 同僚・後輩の御指導・ もとより、よき先輩・ に入組以来、38年近く 職致しました。昭和53

共済・信

財産となりました。 頂きました事は大きな 事業全般を経験させて LA・資材購買とJA

な事があり、多くの方

事、辛かった事、色ん た。時には嬉しかった 経験をさせて頂きまし

況でした。

これからの農業生産

貰って参りました。

34年間の在職中、

は経験した事のない状 雪によるハウスの倒壊 28年1月24~25日の豪 このような現状で平成 いもしませんでした。 が現在まで続くとは思 情勢ではありますが 葉「非常に厳しい農業 中にいつも出てくる言 が、当時上司の挨拶 部門を担当致しました

との出会い、そして学

んだ事が私の一生涯の

在職中は、

まり、現在まで多くの パル)に出向10年に始 両センター(現オート 農協に入り経済連車

思い起こしますと、



百田

あま 持ちまして選択定年退 職致しました。 この度、 3月末日を

来

平成27年度で退

ましてJAあまくさを選

ちまして、 JAあまく

迎える事になりました。 持ちまして定年退職を

昭和50年旧有明町農

職させて頂きます。

けを持ちまして定年退

この度3月31日を持

この度、

3月31日を

この度、

3月31日付

この度、3月末を持ち

択定年を致しました。

昭和55年に入組以

職することになりまし

た。

入組以来、

経

て参りました。今では 員と役職員が一体とな がり、今後益々伸びて 導員として、天草黒牛 しております。畜産指 温かく育てて頂き感謝 な私を組合員の皆様に いくと思います。組合 天草黒牛の知名度も上 て組合員と共に頑張っ のブランド化を目指し 畜産指導員として未熟 昭和59年に入組し、

ながら応援していきた は一組合員として微力 おります。私も定年後 発展することを願って りJAあまくさが益々 なりました。 本当に長い間お世話に いと思っております。

す。

退職後は一組合員

協ではないかと思いま 者を守るのはやはり農

も大きく変わって参りま 家・農協を取り巻く環境

ます。今後は皆様方か 思い出に成るかと思い

糧として新たな人生を ら賜りました御寵愛を

静利

平山

浩

横山

井上

村名千代美

柴田 臣

愼

岩本

な姿や礼儀正しい挨拶 少なくなりましたが、小 融資、債権等34年間勤め 以来信用事業、経済事業、 早くから子供たちの元気 学校への子供貯金の担当 支援のおかげだと深く感 住民の皆様の御指導・御 る事ができました。無事 町農協赤崎支所に奉職、 もさせて頂きました。朝 職務を全うできました事 には、こちらがパワーを 思い起こせば、今では 組合員の皆様、地域 に就く際に職員として 後に生活指導員の職務 として採用して頂き、 ましたが、再度パート を機に一度は退職致 りました。昭和52年に さを退職することとな 入組致しまして、結婚

謝申し上げます。

勤務し、15年間JA 上げます。 数々の御支援感謝申 員・地域の皆様方には たいと思います。組合 ながら、生活して参り 員として田畑に携わり ました。今後は一組 まくさにお世話になり 売の仕事が多く、

合併してからは、オー

致します。長い間お世 話になり、ありがとう

発展のために取り組んで 頂きたいと思います。今 ますが、役職員の皆様が なっていく事が予想され した。今後さらに難しく 一丸となって地域農業の 最後に皆様方の御健

りでいますので、今後

として農業をやるつも

も皆様の御指導宜し

くお願い致します。

て頂きます げ退職の御挨拶とさせ なる発展を御祈念申し 勝とJAあまくさの更

発展を心よりお祈り申 の御健勝と御多幸とJ お世話になりました。 地域の皆様方には大変 信用と異動し、 トパル・大矢野・共済・ し上げ退職の御挨拶と Aあまくさの更なる御 最後に組合員皆様方

た。

思い出のひとつです。 り深く感謝申し上げま 御指導の賜物と、心よ たし、配達でよく地域 れます。当時購買、 組した当時の事が懐か 地域皆様方の御支援と 来たのは、組合員及び 亘り無事勤める事が出 協に入組し、40年間に をした事は今でも良い の皆様方と色んな会話 が嫌でしたけど、頑張っ 玄米集荷の時、米倉庫 しく鮮やかに思い出さ に何段も積み上げる時 振り返りますと、 職員・ 特に 販 入 環境も厳しくなってお 進み、農業を取り巻く 申し上げます。さて農 民・役職員一同の御協 ありがとうございまし 長い間お世話になり、 りますが、役職員一丸 協事業も少子高齢化が 力のおかげと深く御礼 とえに組合員・地域住 ましたが、職務を全う 厳しく、辛い事もあり お世話になりました。 年間勤めさせて頂 とを祈願しております。 となり頑張って頂くこ 出来ました。これもひ 在職中は公私共に大変

JAあまくさ職員異動一覧

面の都合により、新役職名のみ掲載します。定期の人事異動が3月2日に行われ、次の通り辞令が交付されました。気

· 姫戸担当) 松島駐在	上島農機センター 渉外整備係(松島・姫	購買部	副審査役	進也	大石
	部長	購買部	副考査役	武雄	久保山
	共済課 普及保全係	共済部		美穂	中村
	共済課 普及保全係 兼事務指導係	共済部 #	調査役	朝子	若杉
	共済課 普及保全係	共済部	調査役	聖子	坂本
	共済課長	共済部	副考査役	るみ子	原田
	共済課 共済渉外指導課長 兼普及保全係	共済部	副考査役	健三	菅原
	共済課 共済渉外指導次長	共済部	副考査役	茂雄	荒木
	共済査定課 課長代理	共済部	審査役	広文	西山
	共済査定課 課長代理	共済部	副考査役	積	荒木
	共済査定課長	共済部	審査役	光幸	成田
	部長	共済部	考査役	浩之	緒方
	融資課 融資係長 兼融資指導係	金融部	副審査役	敦郎	清水
	融資課長	金融部	審査役	信也	釜田
	貯金課 貯金係	金融部		由香里	三嶋
	貯金課 貯金係長	金融部	調査役	章宏	塚原
	次長の兼貯金・渉外課長	金融部	考査役	政信	松尾
	部長	金融部	考査役	実夫	山﨑
	次長(部長待遇)	監査室	考査役	盛仁	大西
	出向 (株)JA直売天草 副店長	総務企画部	調査役	井峿	濱石
	総合企画課長	総務企画部	審査役	敬造	髙見
	経理課 経理係	総務企画部	主任	邦寛	浦中
	経理課 経理係長 兼情報センター長	総務企画部	副審査役	光次郎	堀江
	総務課 総務係長	総務企画部	調査役	義也	森口
	役職名	所属地	役付名	氏名	_

2		富澤	俊一	副審査役	購買部	下島農機センター長 兼渉外整備係(天草担当)	
5		五嶋	伸幸	副考査役	指導販売部	果樹園芸課長 兼担い手・法人育成係	
	ŧ	鶴浜	研二	審査役	指導販売部	果樹園芸課 果樹指導係長	
た	紐	水野	慎也	副審査役	指導販売部	果樹園芸課 園芸係長	
		吉田	義文	副考査役	指導販売部	農畜産課長 兼担い手・法人育成係	
		﨑本	朋久	審査役	指導販売部	営農企画課長 兼担い手・法人育成対策課長	
		川田	安幸	副審査役	指導販売部	営農企画課 6次産業化対応係長 兼担い手・法人育成係長	
		坂口	恭平		指導販売部	営農企画課 営農企画係 兼6次産業化対応係	
		井上	正	副審查役	指導販売部	黒毛牛検定センター長 兼畜産指導員	
		梅田	智章	副審查役	指導販売部	繁殖牛供給センター長 兼畜産指導員	
		十三	林平	副審查役	指導販売部	あまくさ統合選果場長	
		金子	朋弘		指導販売部	あまくさ統合選果場 販売係	
		桑田	修二		指導販売部	上島集送センター長 兼育苗センター係	
		平山	幸男	副審査役	指導販売部	下島集送センター係長	
		中	昌寛		指導販売部	下島集送センター係	
		坂田	沙貴	調査役	指導販売部	上島営農指導センター 野菜指導係	
		柴田	盛孝	調査役	指導販売部	上島営農指導センター係長 兼果樹指導員	
		後藤	昇		指導販売部	上島営農指導センター 果樹指導員 (果実連より出向)	
		半	和樹		指導販売部	上島営農指導センター 野菜指導員 兼上島集送センター販売係	
		白石	_ 斗	主任	指導販売部	下島営農指導センター 果樹指導員	
		小林	優介		指導販売部	下島営農指導センター 野菜指導員	
		川田	太	考査役	債権対策室	審査課長兼債権管理係	
		米田	康弘	考査役	中央統括支所	統括支所長	
		垣元	直美	副審査役	中央統括支所	新和支所長代理 兼信用渉外係長	
		金子	哲也	副審査役	中央統括支所	佐伊津支所長代理 兼信用渉外係長	
		中島	亮		中央統括支所	佐伊津支所 共済係	
		新木	真一	副考査役	中央統括支所	渉外課 リーダー・ライフアドバイザー 新和支所担当課長	
		岩本	幸恵		中央統括支所	渉外課 ライフアドバイザー 新和支所担当	
		北晋	晋也	主任	中央統括支所	渉外課 ライフアドバイザー 佐伊津支所担当	
島駐在	1-	山本	美恵		中央統括支所	渉外課 ライフアドバイザー 佐伊津支所担当	

ſ	in 用之斤iik	見充舌之斤	削割至	3	
松尾	Aコープ牛深店長	牛深統括支所	副審査役	政則	原井
河村	指導販売課 販売係	牛深統括支所		善孝	杉本
小幡	購買課渉外係 兼牛深車輌センター係	牛深統括支所		成喜	半
上田	農機車輌センター係長 兼検査係	牛深統括支所	調査役	公則	砂月
山口	購買課長代理兼店舗指導係	牛深統括支所	審査役	久喜	原田
道﨑	購買課長 兼農機車輌センター長 兼農家支援係	牛深統括支所	副考査役	学	野﨑
松田	渉外課 ライフアドバイザー 係長	牛深統括支所	調査役	智大	Ξ
原田	渉外課 ライフアドバイザー 課長代理	牛深統括支所	副審査役	淳一	松山
山並	渉外課 ライフアドバイザー 課長	牛深統括支所	審査役	昌幸	石本
中	牛深支所 信用渉外係	牛深統括支所		源	中島
金子	債権対策課長代理 兼融資係	牛深統括支所	副審査役	栄五郎	椎場
村田田	統括支所長	牛深統括支所	考査役	達朗	鯖江
藤森	指導販売課長 兼農家支援係	西統括支所	副審査役	好幸	田代
平松	購買課 営農配送センター係 兼指導販売係	西統括支所	主任	裕也	濵石
立山	購買課長 兼農家支援係 兼宮野河内事業所資材担当	西統括支所	審査役	武	倉田
松﨑	Aコープ河浦店長	西統括支所	調査役	嘉和	大久保
田﨑	渉外課 ライフアドバイザー 兼富津地区担当総合渉外係	西統括支所		功明	舛本
渡邉	渉外課 リーダー・ライフアドバイザー 天草支所担当課長	西統括支所	副考査役	善光	岩下
原田	河浦支所 共済係	西統括支所		貴文	村名
黒田	河浦支所 信用渉外係長 兼新合地区担当	西統括支所	副審査役	誠	大久保
池田	天草支所 信用渉外係	西統括支所		達也	植本
小森	天草支所 信用共済係長	西統括支所	副審査役	由美	髙見
井上	天草支所(総合渉外係長(福連木・下田地区担当)	西統括支所	主任	竜介	半
倉田田	天草支所長代理 兼債権管理係 兼融資係	西統括支所	副審査役		平山
石本	購買課(ヤマザキショップJAあまくさ新和店長)(課長待遇)	中央統括支所	副審査役	とく枝	平木
今福	購買課長代理 兼新和生活指導員 兼生活渉外係長	中央統括支所	副審査役	明美	岩
園田	購買課 佐伊津支所販売係長 兼購買係	中央統括支所	調査役	真寿	宮崎
大中	購買課 佐伊津支所購買係 兼配送係	中央統括支所	主任	忠臣	野野
藤澤		F S 終 才 F 1 F	1 1 1	1	1 1 1 1 1

文援係	藤澤茂		考査役	東統括支所	債権対策課長(部長待遇)
1糸	大中め	めぐみ	調査役	東統括支所	有明支所長代理 兼融資係長
具係	園田哲	哲郎	調査役	東統括支所	有明支所 総合渉外係長(楠甫・大浦・須子地区担当)
兼生活渉外係長	今福	美代子	調査役	東統括支所	有明支所 信用共済係長
くさ新和店長 (課長待遇)	石本翔	翔太		東統括支所	有明支所 信用共済係
融資係	倉田望			東統括支所	有明支所 信用出納係
▶田地区担当)	井上	敏孝	審査役	東統括支所	渉外課 ライフアドバイザー 有明支所担当課長
	小森恵		審査役	東統括支所	渉外課 ライフアドバイザー 有明支所担当課長代理
	池田 勝	游雄	調査役	東統括支所	渉外課 ライフアドバイザー 倉岳支所担当係長
区担当	黒田	成		東統括支所	御所浦支所 ライフアドバイザー
	原田博	博文	審査役	東統括支所	栖本支所長代理 兼融資・債権管理係 兼信用渉外係
ザー 天草支所担当課長	渡邉加	加那江		東統括支所	栖本支所 信用共済係 兼生活指導員
津地区担当総合渉外係	田崎香	香織		東統括支所	栖本支所 信用共済係
	松崎光	光 春	主任	東統括支所	御所浦支所 総合対応係
内事業所資材担当	立山誠	誠治	調査役	東統括支所	倉岳支所長代理 兼融資係 兼債権管理係
導販売係	平松将	将 大		東統括支所	倉岳支所 総合対応係 兼アグリ担当
	藤森克	克也		東統括支所	倉岳支所 信用渉外係
	村田龍	龍司	副考査役	東統括支所	指導販売課長 兼農家支援係
	金子末	末義	審査役	東統括支所	倉岳・栖本・御所浦営農・購買担当課長
	山上 政	政治	考査役	東統括支所	購買課長 兼有明営農配送センター長 兼上津浦地区担当
	山並誠	D/50		東統括支所	倉岳営農センター購買係 兼指導販売係
理	原田悠	悠佑		東統括支所	購買課一栖本給油所長
	松田佳	佳子	調査役	上統括支所	龍ヶ岳支所(総合対応係)兼生活指導員)兼生活渉外係
^兼 農家支援係	道﨑	美和子	審査役	上統括支所	龍ヶ岳支所長代理(兼信用出納係)
	山口祐	祐介		上統括支所	龍ヶ岳支所 購買係 兼Aマート龍ヶ岳係
	上田博	博 志 		上統括支所	購買課 松島農機車輌センター係
1糸	小幡	八月	副審査役	大矢野統括支所	大矢野支所 信用係長
	河村幸	幸宣	副審査役	大矢野統括支所	渉外課 リーダー・ライフアドバイザー課長
	松尾	徳	調査役	大矢野統括支所	農機車輌センター 車輌整備係

理事会だより

平成28年2月29日午後2時より、JA天草会館で平成28年2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 20 / 24 名, 監事 5 / 6 名が出席。【議事の前に, 平成 28 年 1 月末事業実績報告と専門委員会の経過報告が行われました。】

第1号議案 平成27年度熊本県常例検査(主要指摘事項)改善 状況回答書について

平成 27 年度熊本県常例検査改善状況回答書につ いて説明があり、原案通り承認されました。

第2号議案 事業・組織整備検討委員会の設置および構成につ いて

事業・組織整備委員会規程に基づき、委員会の 設置および委員会委員の構成について説明があり、 承認されました。

第3号議案 本所機構一部変更について

現行の金融共済部を専門職の業務として、「金融 部」と「共済部」の2事業部に独立させる提案が あり、承認されました。

報告事項・内部監査報告について

· 市況速報

主要事業実績報告(平成28年2月末実績)

単位:万円

	2月末計画	2月末実績	計画対比
販売品販売高	31億7610	33億9880	107.0%
貯 金	814億2000	802億3100	98.5%
貸 出 金	200億8600	225億4600	112.2%
購買品供給高	65億3438	62億5115	95.7%

単位:ポイント

	年度末計画	2月末実績	進捗率
共済推進総合目標	11,600,000	11,120,991	95.9%

す。

組合員・利用者の方へ-

いつもご利用頂きありがとうございま

今後もお気軽にお立ち寄りくださ

- 休日の過ごし方を教えて下さい
- 主に家の事をしていますが、気付いた ら一日が終わります(苦笑)
- 座右の銘はありますか
- A. 冬は必ず春となる

柴田さんはこんな人!

話

一し声が周囲にすっかり漏れている

いつも元気で明るい柴田さん。分からない事や難しい事など何でも優しく教えてくれます。とても親切な柴 田さんですので、ぜひ笑顔の柴田さんに会いに来てください。(S.I)



有明給油所 給油係

志保 (44)

00%を

20 19 18

髪をとかすのに使います 緊張したときにゴクリと飲み込む

この上で白い石と黒い石が戦います

16 14 10 8 7 6

3

鶏の頭に付いています 本風 ル ホケキョと鳴きます の料理のこと ドを上げること の原料によく使われる穀物 をかけて料理を作った

1

べてできる言葉は何でしょうか? 険を感じると切って逃げるトカゲ 夕 の 力

重マスの文字をA~E

の

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!

プレゼントクイズ★

※正解者の中か ら抽選で3人の 方に「ホームス ブレンダ ワン 一」をプレゼン トします。どし どしご応募くだ さい。当選者は 広報誌6月号で 発表します

・身近な出来事や話題・
ください。 答え

今月号の中でよかった記事年齢・電話番号

8630032 大草市太田町1 Aあまくさ 総務企画

◆応募締切4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<mark>いただ</mark> く場合がございます。投稿者名は イニシャルで掲載いたします。

13 14 20 18

ヨコのカギ

- 4月29日は国民の祝日、 一の日です
- 2 さおやリール、浮き、糸など
- ななつ、やっつ、ここのつ、 3
- お坊さんの作業着 それ以外 の人も普段着として着ること があります
- 玄関や金庫の扉に掛けるもの
- 山菜をたくさんもらったので、

- 隣近所へ――した
- えんぺらがある生き物 9
- 11 髪をとかすのに使います
- 12 チョークで字や図を描きます
- 時代劇の俳優はたいてい頭に 13 着けています
- 15 のクローバーは幸せを呼 ぶそうです
- 真珠を数えるときに使う言葉
- 17 琵琶湖の――はオオナマズ?

クイズ当選者

2月号のクイズの答えは、「マ ラソン」でした。73 通のご応 募をいただきました。抽選の結 果、次の方に「パナソニックへ アードライヤー イオニティ」 をお贈りいたします。(月末ま でに配送予定です)

栖 本 町 長濱 藍さん 佐伊津町 原田 健男さん リエさん 倉岳町原田

らやましいです。 ていて良いですね。う人」ご夫婦で頑張られ人」ご夫婦で頑張られ へ」ご夫婦で頑張られ

れ P の将来が心配 み 7 7 いましたが、 浦町 いく (1 Ρ まし ず ń しつい 様 全て で日本 7 撤し 掲 0 廃い読載 農さ でんさ

顔と元気をもらいます。「るっくるっくちゃいるど」は、可愛い子どもど」は、可愛い子ども

▼(佐伊津町 Kさん) ▼(佐伊津町 Kさん) トラロスワードで家族と はいるう時間が少し増 はいるう時間が少し増 はいるが、と でも楽しくまた次も楽 しみにしています。 す。いまか 有 年も自分で育てた る L な 明町 娘た。 た。漬けて県はがたくさん! Mさん) 子に 送 9 外 出 に来た ま



風景写真や絵はがきなどをお送り下さい。

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下さい。

メタボリックシンドロームについて

メタボリックシンドロームとは?

「メタボリックシンドローム」は、「内臓脂肪症候群」とも呼ばれ、複数の病気や異常が重なっている状態を表します。これは、お腹のまわりにたまる「内臓脂肪の蓄積」によって、高血圧や糖尿病、脂質異常症(高脂血症)等の生活習慣病の重なりが起こっていることを示しています。

そして、この状態は、心筋梗塞や脳 梗塞等の原因となる動脈硬化を急速に 進行させてしまいます。

メタボリックシンドロームの診断基準

おへその高さの腹囲が男性で85cm 以上、女性で90cm 以上

上記の条件に加え、次の①から③の3つの症状のうち2つ以上該当したとき、メタボリックシンドロームと診断されます。

①中性脂肪が 150mg/dl 以上、HDL コ

レステロール 40mg/dl 未満のいずれ かまたは両方

- ②血圧が上で130mmHg 以上、下で 85mmHg 以上のいずれかまたは両方
- ③空腹時血糖値が 110mg/dl 以上

メタボリックシンドロームは生活習慣が密接に関係しています。生活習慣を改善することで、内臓脂肪を減らし、メタボリックシンドロームを防ぐことができます。

(食習慣)

規則正しい食事を心がけ、食事の量に 気を付けて、緑黄色野菜を摂る。

(運動習慣)

運動する機会を増やす。

(嗜好)

禁煙する。アルコールは量を減らし、

休肝日を作る。

まずは簡単なところから改善していきましょう。

生活習慣病予防のために、「特定健診・ 特定保健指導」が行われています。

健診は発症してからではなく、健康 な状態のうちに受診してこそ意義があ ります。自分の健康のため、ぜひ年に 一度の健康診断を受診しましょう。



厚生連だより

今月のあなたの運勢 4月

社羊座 3/21 ~ 4/19

【全体運】攻めの姿勢がチャンスを 引き寄せる鍵になります。思い切っ て、やりたいことに挑戦すると未体 験でも好結果に

【健康運】シェイプアップすれば理 想ボディーは確実

【幸運の食べ物】クレソン

牡牛座 4/20~5/20

【全体運】面倒見の良さを発揮することで、対人運がグンと上昇しそう。 笑顔キープも忘れずに。気分転換には散歩が最適

【健康運】毎日、軽い運動をすると体調に好影響大

【幸運の食べ物】コウイカ

双子座 5/21 ~ 6/21

【全体運】カルチャー志向が強まる 月。興味のある習い事や講習会など に注目を。サークル活動も刺激が多 いはず

【健康運】無理なダイエットはNG。 自然体が大事

【幸運の食べ物】ワカメ

蟹座 6/22 ~ 7/22

モナ・カサンドラ

【全体運】 うっかりミスが増える暗示。いつもの作業でも確認を徹底して。気の合う友達とのおしゃべりが良い気晴らしに

【健康運】暴飲暴食は控えること。腹 八分目が正解

【幸運の食べ物】フキ

獅子座 7/23~8/22

【全体運】一段と行動力が高まる期間。胸に秘めていたプランの実行など、大きなチャレンジの好機です。 旅行もラッキー

【健康運】おおむね良好。スポーツに 励めば順調に上達

間のほぼ調に上達 【幸運の食べ物】夏ミカン

乙女座 8/23 ~ 9/22

【全体運】物事を邪推しやすい傾向 がチラリ。親切にされたら裏を読ま ず、素直にお礼を。開運には部屋に 花を飾ると吉

【健康運】無理は厳禁。疲れたら十分 な休息が必要

【幸運の食べ物】パセリ

天秤座 9/23~10/23

【全体運】優柔不断になりやすいのが玉にきず。迷ったときは一人で悩まず、周囲に相談を。気力回復には音楽鑑賞が有効

【健康運】ストレッチやヨガで体を ほぐせば安泰

【幸運の食べ物】タケノコ

蠍座 10/24~11/22

【全体運】次々と心配事が生まれる 気配。失敗を恐れず、開き直りの気 持ちを大切に。ハーブティーを飲む と心が和みそう

【健康運】ストレス過多かも。公園を 散策してみて

【幸運の食べ物】シイタケ

射手座 11/23~12/21

【全体運】レジャー運活発化。飲み会や旅行などに誘われたら、二つ返事でOKして出掛けてみるとグッド。くじ運も上々

【健康運】質の良い睡眠を心掛ければ体調面も回復

【幸運の食べ物】メバル

山羊座 12/22 ~ 1/19

【全体運】ささいなことでイライラ しやすいよう。ユーモア精神とブラ ス思考で乗り切って。欲張り過ぎも 運を落とす原因に

【健康運】食生活が乱れがち。栄養価 にも配慮して

【幸運の食べ物】タラの芽

水瓶座 1/20~2/18

【全体運】コミュニケーション運が 上昇。初対面の相手とも、すんなり 親しくなれそう。人脈のネットワー クを広げると◎

「**健康運**」正しい姿勢を保つことで 心身とも好調に

【幸運の食べ物】ソラマメ

魚座 2/19 ~ 3/20

【全体運】プライベートをゆっくり 堪能したい時期。趣味に打ち込めば 確かな手によったを感じられるはず。書

籍整理にもつき 【健康運】体を動かせば、より元気に

適こせそつ 【**幸運の食べ物**】タイ

399999

るっくるっくちゃいるど



佐伊津町 前田 直也さん・唯さん ★お兄ちゃんになったいっしん。 これから妹のお世話をよろしく



北九州市(姫戸町在住の永森正幸 さん・喜代美さんのお孫さん) 永森 賢明さん・正枝さん ★いつも笑顔の仲良し三姉妹☆ 明るく優しい子に育ってね!



松島町 大田 英憲さん・美保さん ★仲良く元気に育ってネ♡



栖本町 (栖本町在住の山本弘さんのお孫さん) 中河原 剛司さん・理佐さん ★妹想いのお姉ちゃんと、負けず嫌いの妹です。 賑やかな毎日を送ってます。すこやかに育ってね。



深海町

一宮 照洋さん・恵里さん

★毎日賑やか。これからも元気いっぱいすくすく育ってね!



Japan Cancer Society 2016 Relay For Life of Kumamoto がん患者支援・がん啓発24時間ウォーク チャリティーイベント

フ・ジャパン2016くまもと

2016年5月 お問合わせは

リレーフォーライフくまもと 検索

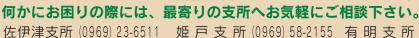
小雨決行 ●12:45 開会式 ●12:45 ラストウォーク ●13:00 スタート ●13:00 開会式

サバイバー(がん患者)・高校生以下無料 会場 白川公園 (熊本北警察署横) 熊本市中央区草葉町 総介の寄付とて変わていた信号を

"いいね!"してね~

リレー・フォー・ライフ くまもと実行委員会 TEL 096-385-5454 7862-0924 熊本市中央区帯山4丁目2番88号 高野病院 内 E-mail: kenshin@takano-

JA あまくさは、地域の皆様の暮らしをサポートしています。



姬戸支所(0969)58-2155 有明支所(0969)53-1122 御所浦支所 (0969) 67-3647 松島支所 (0969) 56-1122 天草支所(0969)42-1122 河浦支所(0969)76-1212 龍ヶ岳支所 (0969) 62-1141 大矢野支所 (0964) 56-0252 牛深支所(0969)73-2131 倉岳支所(0969)64-3131

栖本支所(0969)66-3121





JAあまくさでは、みなさんからの応募を 待っています。

新和支所(0969)46-2121

2016年あまくさを飾るのは、あなた達



行/あまくさ農業協同組合 発

> 〒863-0032 天草市太田町1番地2 TEL0969-22-1100 FAX0969-22-1130

http://www.jaamakusa.or.jp/ 日/平成28年4月1日 行

発 行 責 任 者/川口義英 編集責任部署/総務企画部 EΠ 所/(株)キャップ 刷

編集後記~編集係の「ホッ」とひとこ

トピックスでも紹介しましたが、3月13日に第44回天草パー ルラインマラソンが開催されました。約4,700人のランナーは ハーフコースや10%など各コースに挑み、春の上天草路を駆け抜 けました。

そんな訳で私は今年もバンドでランナーを応援しました。天候を 心配していましたが、当時は雨も降らず、無事演奏できました。ラン ナーの皆さんはとても良い笑顔で走られ、中には口ずさんで走る方 もいらっしゃいました。ランナーやボランティアの方と触れ合う事 がとても楽しく、時間があっという間に過ぎました!(^^)! 大会を 通じて、人と人との繋がりが大切だと感じる事ができましたので、 今後も繋がりを大事に、これからの生活も頑張っていこうと思いま した。しかしジャンプして歌っていたので筋肉痛が…(*_*)(JT)

