

あまくさ

7

July 2017
Vol.294

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

Challenge
to the future



豊かな天草を未来へ



特集

「信用渉外特集
私たちが訪問致します」

P4 ~ 5

今月の表紙 オクラ

この地に生きる

天竺人

喜ばれる品質のオクラを届けるために

日々の管理を怠らず

(平成29年6月9日)



おがた かずよ
緒方 一代さん(64)

— 栖本町 —

―農業を始めたきっかけを教えてください―

地元の企業で働いていましたが、出産を機に退職して、将来の事を考えてビニールハウスを建てていたので就農しました。その当時、主人は勤めており、主に1人で栽培や収穫、また育児に家事をしていたので、少しの面積でしか栽培できませんでした。

―現在の作業は―

3月下旬に定植し、6月初めに収穫を開始しました。朝6時30分頃から長い時は昼前まで収穫し、昼からはネットへの詰め作業をします。

―今年の出来はどうですか―

品質も収穫量も例年並みで始まりました。現在は日量100袋ほどですが、ピーク時の7〜8月には250袋ほどになります。梅雨明け後の収穫は暑さとの戦いです。

―気を付けていることは何ですか―

色々ありますが追肥時期の見極めは特に気を付けています。よくオクラを観察し、タイミングを見て追肥をしないと蕾が落ちてしまい、実が成りません。タイミングが早すぎると草勢が強くなり、収穫が遅れます。

またオクラは寒さに非常に弱いので、定植後に気温低下など気象条件などで立ち枯れが起きてしまいます。それと怖い事は、台風や強風で実が擦れると黒ずんできます。黒ずんでくると出荷できなくなるので、気を付けています。

―農業の魅力は何ですか―

オクラの他にインゲンやパセリなど色々な野菜を栽培してきましたが、定植して生育し、収穫できるまで成長した姿を見れるところが

目次

天草人…………… P 2～3
特集「信用渉外特集」…………… P 4～5
トピックス…………… P 6～7
営農情報…………… P 8～9
目的別グループ紹介・うまかもん・情報コーナー… P
10～13
理事会だより・我が支所の愛撮る…………… P 14～15

旬の香り

今月はコレ! 「オクラ」



あのネバネバが元気の秘訣
オクラにはビタミンや食物繊維だけでなく、あの独特のネバネバの中には身体にとって嬉しい栄養がたっぷり含まれています。疲労回復や免疫カアップ、胃や腸の機能を高めるなどの効果も期待できます。他にも美肌効果やアンチエイジング効果、カリウムや代謝を促すビタミンKなどを含み、女性に嬉しい効能も期待できます。
また、老化予防などの効能アップが期待できる食べ合わせもありますので、ぜひ楽しんでご賞味ください。



丁寧に袋に詰めています

—PRをどうぞ—
食物繊維が豊富で鉄やビタミンCなどを多く含み、栄養価も高いです。夏本番を迎えれば熱いので、夏バテ予防としての食材にピッタリ! オクラを美味しく食べて、健康で暑い夏を乗り越えてください。

—お勧めの食べ方がありますか—
湯がいて細かく刻み、醤油を掛けてごはんに乗せて食べます。また天ぷらで食べても美味しいし、湯がいても焼いても、どんな料理にも合うと思います。

すね。苦勞して栽培した野菜が、消費者に届き「おいしかったよ」と言われた時は、今までの苦勞が報われた気がします。

今月のあまくさっ子



栖本町
塚原 一稀 (かずき) くん 6歳
オクラの「ねばねばパワー」で、暑い夏を乗り切るぞ!!!



収穫する緒方さん

大矢野統括支所



山崎 秀一

趣味 野球・ソフトボール

一言 組合員・利用者の皆さまから信頼され、喜んでいただけることを目指します。



窪田 広樹

趣味 スポーツ（現在バレー）

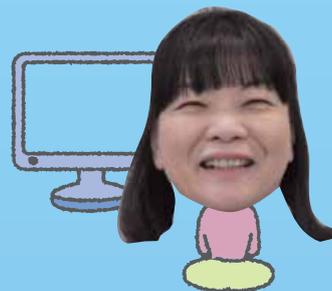
一言 感謝の気持ちを忘れず頑張ります。



渡邊 勝美

趣味 ドライブ

一言 組合員・地域の皆様方のために全力で頑張ります。



元梅 広美

趣味 DVD鑑賞

一言 元気な挨拶、笑顔で頑張ります。

上統括支所



川本 佳祐（姫戸）

趣味 野球

一言 いつでも気軽に声を掛け下さい♪



道崎 美和子（龍ヶ岳）

趣味 LIVE (EXILE)

一言 貯金・共済・その他何でもご連絡ください。よろしくお願いします。



西山 茂（松島）

趣味 読書

一言 今年もよろしくお願いいたします。



小林 強（松島）

趣味 ランニング

一言 精一杯頑張ります。よろしくお願いいたします。

東統括支所



藤森 克也（倉岳）

趣味 体を動かす事

一言 どこでも回っていきますので、何でもご相談ください！



原田 博文（栖本）

趣味 飲みにケーション

一言 なんぞん相談等ありましたら、ご連絡ください。

小島 太（有明）

趣味 旅行 浜さるき(潮干狩り)

一言 還暦リセット！新人です。貯金・共済・葬祭何でもOKです。お気軽に声を掛けて下さい。



園田 哲郎（有明）

趣味 スポーツ観戦

一言 信用渉外2年目です。訪問しますので、宜しくお願い致します。

特集

私たちが訪問 致します。

平成29年度は私たちが信用渉外となりました。年金や貯金、ローンなど困った事・分からない事がございましたらお気軽にお尋ねください。組合員・地域住民の方へ安心と安全をお届けしたいと思いますのでよろしくお願い致します。名前と趣味、仕事への抱負などを一言教えてもらいました。

年金のお受け取りは JAあまくさで！

年金のお受け取りを、ご予約・ご指定いただいた方には特典がいっぱい

特典 1 JAあまくさご指定時に、記念品をプレゼント

特典 2 お誕生月に、プレゼントのお届け

特典 3 定期貯金の金利優遇
(平成30年3月31日まで)

*年金のお受取予約をJAあまくさにご契約のお客様(57歳以上の年金未受給者)

適用金利 **店頭表示金利+0.2%の金利**
(預入期間1年間もしくは、3年間定期の非自動継続で一人350万円まで)

*既に年金のお受取をJAあまくさにご指定のお客様

適用金利 **店頭表示金利+0.2%の金利**
(預入期間1年間もしくは、3年間定期の非自動継続で一人350万円まで)

特典 4 グラウンドゴルフ大会、感謝の集い、研修旅行等イベントへのご参加

・イベントの内容は、各支所で異なる場合があります。

・イベントの参加は、年金友の会の会員様に限らせていただく場合があります。

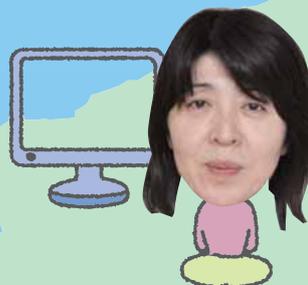
★年金無料相談会を開催するなど年金に関するいろいろなご相談も承っておりますのでお気軽に最寄の窓口、信用渉外担当者へお申し出下さい。

中央統括支所

金子 哲也 (佐伊津)

趣味 釣り・映画DVD鑑賞

一言 色々な問題解決のお手伝いを致します。お気軽にご相談ください。



垣元 直美 (新和)

趣味 DVD鑑賞

一言 地域の皆様のお役に立てよう今年も頑張ります。

西統括支所

山下 竜介 (天草)

趣味 ドライブ

一言 日々精進し、皆さまから気軽に相談できるような人材になります。



大久保 誠 (河浦)

趣味 食べる事

一言 地域の皆さま、大変お世話になります。いつも優しい笑顔でがんばります。よろしくお願い致します。

牛深統括支所

中島 源

趣味 音楽鑑賞

一言 お客様の立場に立った対応を心掛けますので、お気軽に声を掛けて下さい。



伊勢崎 篤哉

趣味 音楽鑑賞

一言 年金のお受け取りはJAでお願いします。



▲4議案が承認・可決されました

トピックス あまくさ 仲間・地域・組織づくりへ

J Aあまくさ女性部は5月9日、第25回J Aあまくさ女性部通常総会を開き、部員約70人が集まりました。

総会は2016年度事業報告並びに収支決算承認、17年度事業計画並びに収支予算書承認、役員選任など4議案が承認されました。

川口義英組合長は「女性の活躍する場が増えてきている中で、色々な事にチャレンジし、様々な場面で活躍して頂きたい」と挨拶しました。

新役員 部長＝吉田 裕美子（有明支部） 副部長＝端田 睦子（佐伊津支部） 蒔本 百子（河浦支部） 監事＝荒平 セツ子（倉岳支部） 竹馬 二二江（栖本支部）



▲9,000個のコンテナを洗浄した部会員ら

トピックス 牛深 コンテナ9000個洗浄!!

J Aあまくさ果樹部会牛深支部は5月24・25日の2日間、中晩柑の選果終了後に内ノ原選果場で約9000個のコンテナを洗浄しました。

コンテナ洗いには延べ53人の部会員と職員が参加し、コンテナ内に残る細菌を洗浄し、次回使用時の腐敗予防のために2年に1度行っています。

参加した部会員は「自分たちで使用した分は自分たちの手で洗浄し、選果・出荷などでも使用するコンテナなので、今後も大切に使用していきたい」と話しました。

トピックス

トピックス 大矢野 音楽慰問に心身はつらつ

宇城市三角町の高藪義則氏は2日、J Aあまくさ訪問介護事業所「だんだん」で電子ピアノによる生演奏で慰問しました。集まった利用者20人は「赤とんぼ」や「ふるさと」などの童謡を合唱しました。

音楽を聴くだけではなく大きな声で歌うことで脳の活性化や腹式呼吸、自律神経のバランスを保ち、精神的な緊張やストレスを解消しようと、同事業所は高藪氏へ依頼し、実現しました。

利用者は「歌っていると元気が出てくる。また当時の情景や幼少の頃を思い出して懐かしくなりました。また歌ってもらいたい」と話しました。

トピックス 大矢野 マーク商品を再確認

大矢野統括支所職員と、Aコープ大矢野従業員は5月20日、安心安全で品質の良いAコープマーク商品を再確認するために「第1回Aコープマーク商品研修会」を開催しました。Aコープマーク商品は、安全性や国産、環境などに配慮したJAオリジナル商品です。

Aコープ大矢野窪田達也店長は、マーク商品の歴史について研修し、JA熊本経済連麻生せい子氏は、マーク商品のこだわりや概要、季節の野菜をらつきよう酢に漬ける簡単な料理も紹介しました。

窪田店長は「今後も研修会は定期的に開き、店内でもマーク商品を使った料理の試食を提供し、マーク商品の良さをPRしていきたい」と話しました。



▲マーク商品の良さを再確認する職員ら



▲高藪さんと合唱する利用者

トピックス 有明

晩柑ゼリー園児にお届け

女性部有明総支部フレッシュミズ部会（余宮里佳部
長他11人）は、有明町特産品の「天草晩柑」を使い、
地産地消と食材の素晴らしさを伝えるため「晩柑ゼ
リー」を作り、同町の保育所3カ所に配りました。

今年で13回目となり、当日は部員が生産している
あまくさ晩柑250個を用意。一個ずつ半分にカット
し果肉を絞り、皮を器にして果汁とゼリーの素・砂糖
を混ぜ合わせ加熱し、器に流し込み約200個が完成。
食べた園児は「甘酸っぱくておいしい」と話し、毎年
好評を得ています。

余宮部長は「保育園にゼリーを作り持って行くと、
喜んでもらえるのが嬉しいです。今後もゼリーを作っ
て、特産の天草晩柑の魅力を届けたい」と話しました。



▲晩柑ゼリーを贈られ喜ぶ園児

◀花しょうぶを鑑賞する利用者



トピックス 大矢野

花しょうぶに感激

J Aあまくさ訪問介護事業所「だんだん」
の利用者・職員の23人が6月12日、黄色や
薄紫色の花しょうぶを鑑賞しました。

上天草市姫戸町の竹本健朗さんが定年退
職後の楽しみにと、自宅傍の水田跡約10㎡
で栽培しています。車いすでも見て触れる
ようにと、幅約1.5mの通路を作っています。
利用者は「こんなに近くで見られるのは
初めて。とてもキレイで来てよかった」と
笑顔で話しました。

竹本さんは「2週間程しか咲きませんが、
喜んで見に来てくれる人がいると張り合い
になり、元気をもらえる」と話しました。

トピックス

トピックス 松島

女性部三地区役員会

女性部三地区合同役員会を5月26日、松島支所2
階で開催しました。

松島総支部長が瀬崎恵子さんに決定し、支部・地区
役員も改選により半数近くが新役員となりました。

会議は共同購入や目的別グループについての説明や、
大興産業の共同購入品のらっきょう酢や米粉を使った
料理勉強会があり、作り方を聞きながらおいしく試食
しました。



▲楽しい料理勉強会となりました

トピックス 姫戸

初開催！女性部研修旅行！

J Aあまくさ女性部姫戸支部は5月19
日、部員同士の親睦を図るため、研修旅行
を初開催しました。

当日はAコープマーク商品の「ハチミツ」
などを製造している、福岡県の藤井養蜂場
で、製造過程や蜂の生体などについて視察
しました。

また、玉名市高瀬裏川での花卉観賞や八
女人形会館で江戸時代のひな人形を視察し
ました。

今回は6名の参加でしたが、山内シズカ
支部長は「楽しくて大変勉強になりました。
次はもっと大勢で旅行しましょう！」と、
話しました。

▶製造過程を研修する部員



術・資材などの
けします。



抑制力ポチャ栽培



野菜
平田 優輝
下島宮農指導センター
080-1729-1639

作型	8月			9月			10月			11月		
	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
	○<	→○	◎<→◎									
	播種			誘引・交配・薬散			収穫					

- 1、品種**…くりゆたか
- 2、圃場準備**…排水対策を徹底し、畦幅は3～4mの高畦ベットを作る。施肥量 (kg)

10a当り	N	P	K
基肥	12～15	20～25	12～15
追肥	3	3	3
合計	15～18	23～28	15～18

- 3、播種**…8月上旬～中旬に直播又は、セルトレー・ポットに播種する。
播種量は10a当り1本仕立て1000粒、2本仕立て500粒必要。
- 4、定植**…1本仕立ては株間30cm、2本仕立ては株間70cmで、植穴処理を行い定植。活着するまでは灌水する。
- 5、整枝**…一本仕立て
主枝が60cm位伸びた頃わき芽を除き、風等で動かないように主枝を等間隔に杭や棒等で真直ぐ固定する。着果

- 位置は、9～12節程度で、株元から70～100cmの長さに着果させる。
二本仕立て
本葉が4～6枚残し摘芯する。子づるが15～20cmほど伸長したら、良好なつるを2本残し他はかぎとる。後の管理は1本仕立てに準ずる。
- 6、交配**…9月上旬～下旬にミツバチ等や雄花を利用した人工交配により必ず着果させる。
- 7、追肥**…着果確認後にソフトボール大の大きさになった頃、速効性肥料を施用する。中耕と除草を兼ねて蔓が1mほど伸びた時に待ち肥を行う。
- 8、収穫**…着果後45～50日前後で収穫。
- 9、病害虫**…アブラムシ、オンシツコナジラミ、ハモグリバエ、うどんこ病等が発生する為早めの防除を行う。



家畜の暑熱対策について



畜産
山下 和彦
下島宮農指導センター
080-1766-6339

○暑熱対策の必要性
牛は寒さには強いですが、暑熱には弱い動物です。これからの気温の上昇に合わせて、暑熱の対策に努めましょう。
牛からは代謝熱や呼吸熱などが、糞尿からは湿気とアンモニアが放出されます。特にアンモニア等は呼吸器系の疾病（肺炎等）を招きます。
従って、牛舎内の暑熱対策は牛から発せられる熱の速やかな放散や、アンモニア、湿気、細菌、ちり等を素早く牛舎外へ排出することが大切です。

○暑熱対策

- 1、畜舎環境**
 - ①直射日光の遮断…遮光ネットやグリーンカーテンなどを利用し、直射日光から牛を守る。（※通気を妨げないよう注意する。）
 - ②畜舎内の通風換気…送風機や細霧機を活用し、空気の流れを確保することで熱や湿気等を舎外へ放出させる。（※通路だけでなく、牛房内が涼しくなっているか確認する。）牛が寝る時の鼻の高さにしゃがむと案外臭気があるかも…
 - ③畜舎屋根の断熱・冷却…白色塗装（ペンキ、石灰乳）、

- 断熱材の設置
 - ④衛生害虫の駆除…暑熱に伴い、衛生害虫（ハエ、サシバエ、アブ等）の発生が多くなる。多大なストレスとなるので堆肥出しと合わせて、消毒薬の散布を行う。（BLV対策）（※特に牛房の壁際や隅にハエの卵、ウジが隠れているので入念に散布する。）
 - 2、飼養管理**
 - ①密飼いを避ける…体熱の上昇を抑える。
 - ②牛体への散水…耐熱を効率よく体外へ放出する。
 - ③牛体の毛刈り…皮膚からの体熱放出効率の向上。
 - ④涼しい時間帯の給餌…採食量を落とさない工夫。
 - ⑤豊富な給水量…清潔で十分な水を給与することで、蒸散量を増加させる。
 - ⑥飼料の腐敗防止…湿気の高い時期は粗飼料や濃厚飼料が腐敗しやすい為、風通しの良い場所へ保存する。＜カビ毒防止＞
（※腐敗した飼料は、牛に悪影響となるため廃棄する。）
- 暑熱によるストレスは母牛には受胎率の低下を招き、子牛には発育に大きく影響します。このような点に注意して暑さを乗り切りましょう。

営情

作物・営農・技術情報をお届け

夏バテのビタミン不足に胚芽米

管理栄養士・雑穀料理家●柴田真希

暑い日々が続くと「そうめんやそばなど冷たい麺類に麺つゆだけ」というような食事になりがちです。短時間で作れて、食欲がないときでも食べられる麺類にはつい手が伸びてしまいますが、このような食事を続けていると、タンパク質やビタミン・ミネラルが不足しがちになり、疲れやすくなったり夏バテの原因になったりします。

そんなときにもご飯がお薦めです。「暑くて台所にも立ちたくない」「もつと効率良く栄養を取りたい」。そんな人にお薦めなのが「胚芽米」です。白米より健康に良いことはなんとなくご存じの方もいらっしゃると思いますが、玄米や白米との違いは何なのでしょう。

まず、玄米とはもみ米からもみ殻を除いた精白していないお米のことです。白米に比べて夏バテ時に補給したいビタミンB1は5・1倍、抗酸化作用のあるビタミンEは12・0倍も含まれています。

それに比べて胚芽米（胚芽精米）は、ぬか層のうち胚芽だけを選択的に残して、他を除いた物で胚芽保有率80%以上の物をいいます。白米に比べてビタミンB1は2・9倍、

ビタミンEは9・0倍と玄米には劣りますが、大切なのは消化と吸収です。

食物繊維も豊富な玄米は、不足しがちな栄養が取れるというメリットはありますが、しっかりと消化できるように炊くのに時間がかかったり、お子さんや高齢者、胃腸の弱い方や夏で弱っているときには適さないこともあります。

調理方法や食感が白米に近い胚芽米は、夏でも無理なく栄養が補給できるのです。

夏は汗などでビタミン・ミネラルが不足しがちになります。しっかりと栄養のあるお米で補給していきましょう。



■白米と比べた栄養価

	玄米	胚芽米
ビタミンB1	5.1倍	2.9倍
ビタミンB2	2.0倍	1.5倍
ビタミンE	12.0倍	9.0倍
マグネシウム	4.8倍	2.2倍
食物繊維	6.0倍	2.6倍

※日本食品標準成分表2015年版(七訂)より計算

果樹



7月の柑橘園管理

7月に入りますと梅雨も明けて、夏がやってきます。今後も乾燥しやすい園地では肥大や減酸促進させる為、かん水を行います。

また、今月より摘果の重要な時期となります。暑い中の作業となりますが、肥大を良くする為にも早期に摘果作業に取り掛かり高品質果実生産を行います。

1. 病害虫防除

対象品種	防除時期	対象病害虫	農薬名	希釈倍数	備考
中晩柑	上～中旬	黒点病	※1.エムタイプアワー水和剤	600倍	混用散布
		アザミウマ類 ゴマダラカミキリ	モスピランSL液剤	4,000倍	
温州 中晩柑	発生時	ミカンハダニ	パロックフロアブル	2,000倍	
	発生時	ハマキムシ	オリオン水和剤40	1,000倍	
	発生時	カメムシ	スタークル顆粒水 MR.ジョーカー 水和剤	2,000倍	忌避効果もあり

※1.温州にはジマンダイセン(水)600倍を使用してください。

※2.アザミウマ類、ゴマダラカミキリはアドマイヤー(F)4000倍も使用できます。

※3.デコポンの果皮強化対策としてカルシウム剤を7月～9月に散布を行います。

2. 施肥

栽培タイプ	施用時期	品種名	肥料名	10a当たり袋数
省力化タイプ	7月上旬	清見・河内晩柑・甘夏・ パール柑・デコボン	アグリロング 28号	6袋

3. 摘果の実施

○温州みかん・・・小玉果や病害虫果を中心に摘果を行って下さい。また、日焼けしやすい上向き果も摘果を行うようにしましょう。

果樹

鶴浜 研二

上島営農指導センター
080-1771-4257



○中晩柑・・・今月の中旬までに粗摘果を行って下さい。粗摘果では目標着果数の7～8割程度まで落とします。裾成り・内成を最初に、その後赤道部と樹上部の小玉果や傷果を落とすようにしましょう。

品種名	階級目安	7月10日	7月20日	8月1日
デコボン	2L	30ミリ	35ミリ	43ミリ
清見	2L	37ミリ	44ミリ	49ミリ
甘夏	2L	38ミリ	47ミリ	57ミリ
河内晩柑	L	45ミリ	55ミリ	59ミリ
パール柑	2L	57ミリ	67ミリ	75ミリ

4. 温州みかん品質向上対策

○タイバック被覆の実施

品質向上の為に、タイバック被覆を行います。

また、被覆後は定期的に果実分析を行い、品質に応じた水分管理を行います。

品種名	被覆時期	品種名	被覆時期
肥のあかり・豊福・肥のさやか	6月下旬～7月上旬	南柑	7月中旬
肥のあけほの・早生	7月中旬	青島・金峰	8月上旬

○フィガロン散布の実施

マルチ被覆と併せ、フィガロンを散布する事により品質の向上を図ります。下の表を参考に実施しましょう。

1回目の散布時期は満開日より60日後、2回目は満開日より80日後となります。但し、収穫前日数は21日までとなっていますので、使用の際はご注意ください。

※使用薬剤 フィガロン乳剤

品 種	1回目		2回目	
	散布時期	希釈倍数	散布時期	希釈倍数
極早生	7月上旬	2,000倍	7月下旬	2,000～3,000倍
肥のあけほの	7月上旬	2,000倍	7月下旬	2,000～3,000倍
早生	7月中旬	2,000倍	8月上旬	2,000～3,000倍
普通	7月中旬	2,000倍	8月上旬	2,000～3,000倍

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：ミズちゃんず

地区：新和町 小宮地
 代表者名：田中 水枝
 メンバー数：10人
 活動場所：JA展示会・ミニデイ
 活動日：イベントに合わせて
 内容：ダンスを通して体を動かす
 モットー：私たちが楽しむ



一活動のきっかけを教えてください

女性部員にダンスの先生がいらっしゃるの、踊ってみたいと思ったのがきっかけでした。

一楽しい事やうれしい事を教えてください

ダンスを通して、皆さまに喜んで頂いたことが嬉しいですし、何より私たちが楽しんでいます。

一今後の目標を教えてください

女性部会員の中から「輪」を広げていきたいです。

一PRをどうぞ

楽しいメンバーですので、女性部員の方、一緒にダンスしましょう!

8月号の見どころを紹介



定価 617 円 (税込)

伝えよう あの戦争と女たちの物語

戦争体験者の話を直接聞く機会が少なくなっています。男性が戦地に赴き、銃後の守りをするようになった女性の過酷な体験を振り返りながら、平和の尊さについて考え、戦争体験を語り継ぐことのたいせつさを伝えます。

新連載 JA自己改革 白熱講義

JAグループは自己改革を進めています。政府主導の「農協改革」の動きからも目が離せない状況です。JAのあるべき姿について、読者の熱いメッセージを伝えます。



農業は気候変動にどう対応するのか?

地球温暖化の影響なのか、最近、高温障害による不作の話を耳にします。産地を維持するには品種の改良や高温対策などによる工夫が必要であるとともに、新しい品種の導入も選択肢となってきます。こうした気候変動に農業現場はどのように対応していけばいいのか、識者や現場の取り組みから考えます。

定価 590 円 (税込)



トマトのうまみ成分たっぷり! とってもマトクッキング

夏に旬を迎えるトマトは、おいしさを感じるうまみ成分がたっぷり入った野菜です。トマトに含まれるうまみ成分は、「グルタミン酸」といいます。また、かつおだしには、「イノシン酸」といううまみ成分があり、この二つを組み合わせると、「味の相乗効果」が生まれるのです。この効果を確かめる実験や、トマトのうまみ成分をたっぷり味わえるレシピを紹介します。

定価 550 円 (税込)

お申し込みは最寄りの支所まで!

うまかもん
トマトオムレツ



材料 (4人分)

トマト	2 個	鶏がらスープのもと	小さじ 2
卵	3 個	オイスターソース	大さじ 1・1/2
オリーブ油	大さじ 4	料理酒	大さじ 1
塩・こしょう	適宜	しょうゆ	小さじ 1
ソース		砂糖	小さじ 1/2
水	150ml	水溶性片栗粉	小さじ 2

つくりかた

- ① トマトはざく切りにし、オリーブ油大さじ2と一緒にフライパンで、中火で5分ほど炒める。
- ② ボウルに軽くかき混ぜた卵に、冷ました①を合わせ、塩・こしょうで味付けて、軽く混ぜる。
- ③ フライパンにオリーブ油大さじ2を熱し、②を入れてオムレツを作る。
- ④ ソースの材料を鍋に合わせて沸かし、皿に盛り付けたオムレツの周りに流し掛けて出来上がり。

「キッチン晴人」のオーナーシェフ 永井智一

平成 30 年 4 月採用 JA あまくさ職員採用試験実施について

1. 採用試験日 平成 29 年 9 月 20 日 (水)

2. 受験申込締切日 平成 29 年 9 月 11 日 (月)

3. 試験の区分及び受験資格

- (1) 高校…高校卒業の者または、平成 30 年 3 月卒業見込みの者及びこれと同程度以上の能力を有する者
- (2) 短大…短大卒業の者または、平成 30 年 3 月卒業見込みの者及びこれと同程度以上の能力を有する者
- (3) 大学…大学卒業の者または、平成 30 年 3 月卒業見込みの者及びこれと同程度以上の能力を有する者

4. 採用予定 11 名程度

5. 初任給

高校卒 142,250 円、短大卒 149,300 円
 大学卒 161,000 円

6. 試験科目

- (1) 採用試験：筆記試験および面接試験 (同日実施)
- ① 高校
 基礎能力検査 (言語・数理・倫理・常識・英語)
 適性検査・作文および面接試験
- ② 短大・大学
 基礎能力検査 (言語・数理・倫理・常識・英語)
 適性検査・小論文および面接試験

7. 試験会場

天草市南新町 8-7 JA 天草会館

8. 提出書類

履歴書・成績証明書・卒業証明書又は卒業見込証明書
 受験票に写真添付する為の顔写真 (3cm × 4cm) 1 枚 (履歴書写真と同じ)

9. 提出先

〒 863-0032 熊本県天草市太田町 1 番地 2
 あまくさ農業協同組合 総務企画部
 TEL0969-22-1100

第 11 期 JA あまくさアグリキッズスクール開講 農業をより身近に

JA あまくさは 5 月 20 日、第 11 期 JA あまくさアグリキッズスクールを開講しました。昨年より 15 人多い 50 人が参加。一年間、農業体験活動を通し「食」と「農」について学び、スクール生の健全育成を目的としています。

第一回目は、佐伊津町のアグリキッズ農園 5 期に、園主の明瀬信明さんから、からいも苗の植え方の説明を受けたスクール生は、たくさんの苗を両手に持ち、楽しく植え付けました。スクール生は「初めてだったけど楽しかったです。収穫が楽しみで、大きい芋が育ってほしいです」と話しました。

アグリキッズスクール校長の JA あまくさ川口組合長は「たくさんの友達を作り、農業・自然の大切さを知り、感謝の気持ちを持ったスクール生に成長してほしい」とあいさつしました。アグリキッズは年間 8 回の活動を計画。地産地消を体感するため、農産物の植え付けから収穫までの作業を体験し、収穫物の調理も体験します。



みんなで楽しく植えました

指導員さんが作った
カレー美味しかった～

組合員の皆さまへお知らせ

氏名が変更になった

転居して住所が
変更になった

相続の手続きが
まだすんでない

組合員資格の
変更があった

現在の組合員届出の内容に
変更はありませんか？



出資配当及び出資残高の通知が届いていますか？ご確認ください。上記に該当する項目があれば当 JA の各支所窓口へお問い合わせ下さい。その際、各種手続きをご依頼する場合がございますので、お手数ではございますが手続きをおとりいただければ幸いです。

こいつは、すごい!!

1.光をはね返す
UVカット率約95%!

2.風通しがよい
通気性が布帽子の

紫外線・熱中症から
あなたを守る

お問い合わせはお近くのJAまで



帽子なし状態より
10℃涼しい!!

大ヒット商品!

涼かちゃん

3.とっても軽い
超軽量で快適♪

全農クミックス株式会社



お問い合わせはお近くの各支所へ

熊本地震により被害を受けられた方が作成する 契約書等に係る印紙税の非課税措置

自然災害により滅失し、又は損壊したため取り壊した建物の代替建物を取得する場合等において、その被災者が作成する不動産譲渡契約書又は建物工事請負契約書について、印紙税を非課税とする措置が設けられました。

また、公的貸付機関等又は銀行等の金融機関が、指定災害により被害を受けた方に対して、他の金銭の貸付けの条件に比し特別に有利な条件で行う金銭の貸付けに係る消費貸借に関する契約書について、印紙税を非課税とする措置が設けられました。

上記の改正は、平成 28 年 4 月 1 日以後に発生した自然災害に係る契約書について適用されます。

既に「平成 28 年熊本地震」に係る上記契約書において印紙税を納付してしまった場合には、税務署長の過誤納確認を受けることにより、その納付された印紙税額に相当する金額の還付を受けることができます。

詳しくは、最寄りの税務署にお尋ねください。

天草税務署（電話 0969-22-2510）※自動音声案内

平成29年度 熊本農大オープンキャンパス「緑の学園」

～農大を知りたい、農業体験をしてみたい、高校生の皆さんを待っています～

1 目的

農大を知りたい、農業体験をしてみたい高校生の皆さんを対象に、オープンキャンパス「緑の学園」を開催します。

2 開催日時

第1回 平成29年7月28日(金) 10時～16時 定員:80名

第2回 平成29年8月18日(金) 10時～16時 定員:80名

3 場所

熊本県立農業大学校(熊本県合志市栄3805)

4 内容

① 農業大学校の概要紹介

→農大生によるコースの紹介、授業内容や進路について説明します。

② 耕志寮の見学及び昼食

→農大の特徴である全寮制について紹介します。食堂で美味しい昼食をどうぞ。

③ コース別体験学習

→興味があるコースを2つ体験することができます。

農特産	水稻の生育調査・害虫観察
花き	花飾り(リストレット)作り
果樹	温州ミカン・ブドウ等の収穫体験及び果実品質調査
野菜	トマトの接ぎ木実習、天敵の観察、メロンのスムージ作り
畜産	子牛とのふれあい体験、乳製品加工体験
研修部	トラクター試乗体験 (第1回目:7/28のみ開催) 食品加工体験 (第2回目:8/18のみ開催)

※諸事情により体験内容が変更になる場合があります

5 参加費 250円 (傷害保険費等 当日受付で徴収します)

6 申込方法

参加には事前申込が必要です。

申込用紙を県内の各高校に送付しますので、在籍高校等を通じて農大へ提出してください。

申込期限:第1回 7月7日(金) 第2回 7月28日(金)

問合せ先 熊本県立農業大学校 担当:三宅・稲田まで

〒861-1113 熊本県合志市栄3805

TEL 096-248-1188 FAX 096-248-4432



理事会だより

平成29年5月29日午後3時より、JA天草会館で平成29年5月の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19/24名、監事6/6名が出席。
【議事の前に、独立監査法人の監査報告と監事監査報告が行われました。また、平成29年5月末事業実績報告及び専門委員会の経過報告が行われました。】

- 第1号議案 参事の解任及び選任について
前参事の退職に伴う解任及び新参事の選任について承認されました。
- 第2号議案 平成28年度決算報告及び剰余金処分案について
平成28年度決算報告および剰余金処分案について、原案通り承認されました。
- 第3号議案 平成28年度資産自己査定結果総括表について
平成28年度資産自己査定結果総括表について、原案通り承認されました。
- 第4号議案 平成29年度総合財務・総合損益計画について
平成29年度総合財務・総合損益計画について、原案通り承認されました。
- 第5号議案 通常総代会第4号議案「農業経営事業」の取組について
第4号議案の「農業経営事業」の取組について、原案通り承認されました。
- 第6号議案 通常総代会第5号議案「役員」の選任について
第5号議案の「役員」の選任について承認されました。
- 第7号議案 通常総代会第6号議案「役員退職慰労金の支給」について
第6号議案の「役員退職慰労金の支給」について承認されました。
- 第8号議案 通常総代会第7号議案「組織整備（支所・事業所）再編計画」について
第7号議案「組織整備（支所・事業所）再編計画」について承認されました。
- 第9号議案 通常総代会第8号議案「全国農業協同組合連合会が行う農業経営事業」について
第8号議案「全国農業協同組合連合会が行う農業経営事業」について承認されました。
- 第10号議案 通常総代会 緊急決議「自己改革実践」及び「平成28年熊本地震からの復興・復興」について
通常総代会の緊急決議について承認されました。
- 第11号議案 天草地区JA経営改善研究会の設置について
天草地区JA経営改善研究会の設置について報告があり、承認されました。
- 第12号議案 夏期賞与の支給について
夏期賞与と支給について提案がなされ、承認されました。

報告事項

- 第25回通常総代会での組合員および組合員組織表彰について
- 平成28年度協同会社の決算について
- 役員との取引について
- 系統B1Sモニタリングに関する報告書について
- 平成29年度夏期特別貯蓄推進運動実施要領について
- 公金貸付金の貸付実行について
- 平成28年度夏期総合展示会日程及び目標について
- 市況速報（畜産・野菜・花卉）
- 天草地域柑橘選果施設再編整備検討委員会設立総会の開催について

主要事業実績報告(平成29年5月末実績) 単位:万円

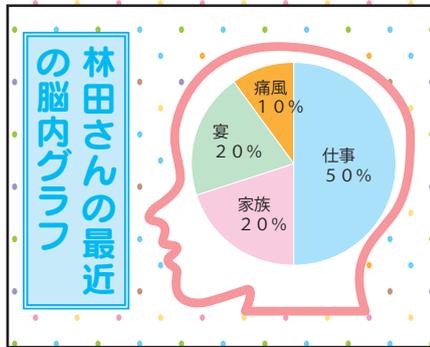
	5月末計画	5月末実績	計画対比
販売品販売高	8億2031	10億1798	124.1%
貯金	878億7200	911億2400	103.7%
貸出金	206億4500	208億7000	101.1%
購買品供給高	10億7951	11億1162	103.0%

単位:ポイント

	年度末計画	5月末実績	進捗率
共済推進総合目標	11,140,000	2,444,760	21.9%

我が支所のアイドル

- Q. 趣味は何ですか
A. 旅行プランを考える事
- Q. 好きな食べ物は何ですか
A. 玉子料理 (特に玉子焼き)
- Q. 好きな飲み物は何ですか
A. みかんちゃん (本当はビールも (笑))



姫戸支所
支所長兼債権管理係
林田 敏男 (50)

林田さんはこんな人! (部下E)

林田支所長は、場を和ませるのが上手で、コミュ力が高い人です。
ビールが大好きですが、最近は痛風にならないか気にしているようです。

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。

17 19 21
14 12 11 9 7 6 1
晩ご飯のこと
チョコレートの原料になる植物
ビー玉を押し込んでから飲みます
コンコンとノックする物
鉛筆を削って出します
泳げない人の強い味方
ハチドリやチョウが吸います
電話では——が明かない。会って話そう
今日が終わるとやってくる
野球の打者が振ります
頭文字のこと。佐藤さんならSJTです

タテのカギ

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「a day ハンドケアギフトセット」をプレゼントします。どしどし応募ください。当選者は広報誌9月号で発表します。

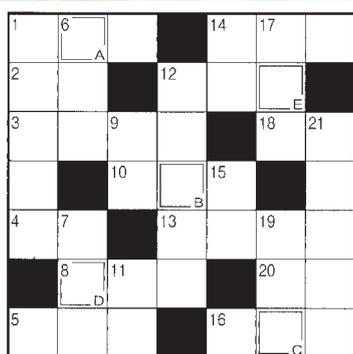


クイズの答え・住所・氏名・年齢・電話番号
今月号の中でのよかった記事・身近な出来事や話題・ご意見・ご要望をお書きください。

8 6 3 0 0 3 2
JAあまくさ
総務企画部
天草市太田町1-2

◆応募締切7月31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きます。投稿者名はイニシャルで掲載いたします。



ヨコのカギ

- 夕涼みや花火大会に似合う着物
- サナギからチョウに——した
- 物事を行うのにちょうど良い頃合い
- 馬の背に置きます
- 絵柄の美しい——切手を買った
- わらなどを編んで作る敷物
- ナタネやゴマなどを搾ると取れます
- 原本からコピーした物のこと
- キツツキが木に穴を開けるときに使う物
- 世話人に頼む、昔ながらの婚活
- キープ。ペット——
- 東南アジアの国。首都はバンコク
- 革靴や家具を磨いて出すことも

クイズ当選者

5月号のクイズの答えは、「マーガレット」でした。64通のご応募をいただきました。抽選の結果、次の方に「すこやかドレッシングとこだわりクッキングオイル」をお贈りいたします。(月末までに配達予定です)

- 大矢野町 横枕 貴美子さん
松島町 松浦 省一さん
龍ヶ岳町 村上 富裕さん

みんなのひろば

(大矢野町 Yさん)
母の日のサプライズプレゼントが用意されてあり、心に残る1日でした。

(有明町 Nさん)
この地に生きる天草人地域で頑張る若い人々に感動ついでわ。

(河浦町 Nさん)
北海道のじゃがいも不足のためポテトチップスがなくなる!?とニュースで聞き、久しぶりに買って1袋独り占めして食べてしまった。おかげで胸焼けしました。歳ですね…。TVに感わられないようにしたいな。

(牛深町 Sさん)
昨年より主人の手伝いで、水稲の助手をしています。何事も初めてなので、出来ないけど一生懸命頑張っています。

(久玉町 Yさん)
新入職員が紹介されていましたが、皆さん澆刺としていて、希望に落ちた笑顔が頼もしく思えます。地域やJAの発展に精一杯、力を注いで欲しいです。応援します。

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。

水分不足に要注意！脱水症の予防

医師の診療を受けてください。脱水症は最悪の場合、死に至ることもあります。

4：脱水症の予防対策として

日頃からこまめに水分の補給をしましょう。特に夏場はすぐに水分補給できるようにスポーツ飲料や塩飴をバックに用意しておくといいでしょう。また、暑いからといって電解質を含まない水やお茶を短時間で大量に摂取すると、電解質のバランスを崩してしまいますので、塩飴や梅干しなど、塩分も同時にとるように心がけましょう。

ただし、塩分はあまりとりすぎないようにしましょう。

1：脱水症とは

人間は成人で体重の60%を体液が占めており、体液は生命活動に欠かすことのできないもので、この体液が失われた状態を脱水症といいます。

例えば、夏場は気温や湿度とともに体温も上昇しますので、体は大量に汗をかき体温を下げようとします。その汗の中には水分と電解質（カリウムやナトリウムなど）が含まれており、水分を補充せずに多くの汗をかくと体液が不足して脱水症になります。

その他にも、嘔吐や下痢、発熱など多くの水分が奪われるようなときに脱水症への注意が必要です。

2：症状

- ①軽度の脱水症状
 - ・喉が乾く
 - ・尿量の低下
 - ・食欲不振
 - ・めまい、頭痛
 - ・脚がつる（こむら返り）
- ②重度の脱水症
 - ・全身の倦怠感
 - ・吐き気、嘔吐
 - ・意識障害、けいれん

3：脱水症になったら

軽度の脱水症の場合、市販の経口補水液（電解質を糖分を含む飲料）で水分を補給し、涼しい場所で安静にしましょう。症状が改善しない場合や重度の脱水症の場合は速やかに

厚生連だより

今月のあなたの運勢 7月

モナ・カサンドラ

♈ 牡羊座 3/21 ~ 4/19

【全体運】 ささいなことでもイライラしやすいよう。一人の時間を大切にしながらのリフレッシュを。深呼吸も開運の鍵に

【健康運】 ちよつとしたけがに注意。冷静な行動を

【幸運の食べ物】 オクラ

♉ 牡牛座 4/20 ~ 5/20

【全体運】 周囲のサポートに恵まれ、順調に過ごせそう。初対面の相手にも笑顔で話し掛けると良縁を引き寄せられるはず

【健康運】 軽い運動がさらなる体調アップを招く時期

【幸運の食べ物】 エダマメ

♊ 双子座 5/21 ~ 6/21

【全体運】 強引に物事を進めず、じっくりと腰を据えて取り組むのに向く期間。リラクセスするには紅茶に凝ると効果あり

【健康運】 暴飲暴食気味。食事内容の見直しが必要

【幸運の食べ物】 ビーマン

♋ 蟹座 6/22 ~ 7/22

【全体運】 新しいことをスタートさせるのに最適。意欲的にチャレンジしてみよう。過去に駄目だった挑戦にもリベンジ可能

【健康運】 疲れを感じやすいかも。休養を忘れずに

【幸運の食べ物】 トウガン

♌ 獅子座 7/23 ~ 8/22

【全体運】 地道な作業に力を注げば、少しずつ物事が動きだす予感。何事にもじっくり取り組んで。気分転換には音楽が吉

【健康運】 不調和を感じがち。生活リズムを整えて

【幸運の食べ物】 カンパチ

♍ 乙女座 8/23 ~ 9/22

【全体運】 対人運良好。人と知り合える場所には積極的に足を運んで。趣味の集まりやオフ会に参加すると新鮮な出会いが

【健康運】 順調。血行促進を図ると、さらに好転

【幸運の食べ物】 アンズ

♎ 天秤座 9/23 ~ 10/23

【全体運】 思うようにならないことが多く、イライラが募りやすい時期。笑顔と謙虚さが開運の鍵に。盆栽の手入れもグッド

【健康運】 気晴らしが大事。自然の中で過ごすこと

【幸運の食べ物】 アジ

♏ 蠍座 10/24 ~ 11/22

【全体運】 アクティブに動き回れそう。迷ったときは、とにかく動いてみるのがベスト。大胆な発想が運氣上昇の呼び水に

【健康運】 高め安定。体力アップを図るチャンス

【幸運の食べ物】 ナス

♐ 射手座 11/23 ~ 12/21

【全体運】 暗い発想をしやすい暗示。意識的にプラス思考を。香り系ヒーリンググッズを試してみると効果を実感できます

【健康運】 運動不足気味に。適度に体を動かして

【幸運の食べ物】 アワビ

♑ 山羊座 12/22 ~ 1/19

【全体運】 気分の浮き沈みが激しくなる期間。コロコロ意見を变えて、周囲を困らせないよう、ご用心。開運には深呼吸を

【健康運】 無理なダイエットはNG。ほどほどにツキ

【幸運の食べ物】 カボチャ

♒ 水瓶座 1/20 ~ 2/18

【全体運】 珍しく神経質になりがち。難しく考え過ぎず、気楽に構えて。気持ちを向上させるにはウォーキングが正解

【健康運】 健康法に凝り過ぎるかも。自然体が一番

【幸運の食べ物】 桃

♓ 魚座 2/19 ~ 3/20

【全体運】 楽しいことに縁がある月。友人たちとレジャーに出掛ければ、にぎやかで発見の多いひととときに。観劇もお勧め

【健康運】 行動力アップ。スポーツの上達が早そう

【幸運の食べ物】 シソ



るっくるっくちやいんど



しょうたろう 2歳
章太朗くん

あかりちゃん 3か月

熊本市 (有明町在住の嶋田千代樹さんのお孫さん)
北野 有菜さん・さやかさん
★天草のみんな、これからも遊びに行くのでよろしくお願
いします。



晴天ちゃん 3歳

樹らりちゃん 3歳

陽人くん 3歳

大矢野町
山下 樹理絵さん
★大好きな方々に支えられて、三つ子はお陰様
で一年生! 毎日元気いっぱい笑顔いっぱい! 元
気に育て!



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。
何かにお困りの際には、最寄りの支所へお気軽にご相談下さい。

佐伊津支所 (0969) 23-6511	姫戸支所 (0969) 58-2155	有明支所 (0969) 53-1122
天草支所 (0969) 42-1122	御所浦支所 (0969) 67-3647	松島支所 (0969) 56-1122
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	
新和支所 (0969) 46-2121	栖本支所 (0969) 66-3121	



いいね!してね~

facebook はじめました。

welcome JAあまくさ

JAあまくさはfacebookページを開設しています。イベントや管内農畜産物などの情報を発信していきます。よろしくお願
いします!

Jaあまくさ facebook 検索

るっくるっくちやいんど&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。
2017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/平成29年7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」とひとつと~

先日、氷川町で行われた熊本地震復興支援チャリティー第19回おやじLIVEに参加してきました。おやじライブには毎回テーマが決められていて、今回は「仲間」が掲げてありました。

そこで、以前共演したことがある、氷川町のバンドの方から依頼があり、お手伝いで参加することになりました。私が所属させてもらっているバンドから、当初はドラムの方だけ参加の予定でしたが、サクスが吹けるメンバーも借り出され、最後は私もハーモニカと歌で参加する事になりました。本番は緊張しましたが、楽しく歌わせていただき、音楽が繋いでくれた仲間の絆を再確認することができました。

さて、今年もどこかの夏祭り等に登場するかもしれませんが、温かいご声援をお願いします(^^) (JT)

