

JAたまな

3 2021 月

Vol.334



トマトを選果する従業員

★今月の読みどころ★

- きらめきニュース 2～3p
- YouTube企画 5p
- 一酸化炭素中毒防止について 6～7p

Facebook



JAたまなHP



きらめき発信 たまな

△ たまな 発 きらめきニュース



役職員一丸となり、地域に必要とされるJAを目指す

仕事始め式

JAたまなは1月6日、本所と各総合支所をインターネット回線で繋ぎ、仕事始め式を開きました。

下山生紀常務が「組合員や担い手の負託に応え、地域に必要とされるJAを日指して役職員一丸となり、事業活動に取り組んでいこう」と挨拶しました。

永年勤続表彰では、特別功労賞

(勤続30年)で6人、功労賞(勤続20年)で8人の職員を表彰。新成人の2

人には記念品が贈られ、代表して販売開発課の西尾菜々職員が抱負を述べました。

また、職員が応募したコンプライアンス標語518点から、優秀3作品の発表を行いました。

コンプライアンス標語

報・連・相 不祥事防止の 第一歩
トラブルを 相談できる よい職場
手続きに 違和感あれば すく確認



挨拶をする
下田常務



特別功労賞(勤続30年)表彰



功労賞(勤続20年)表彰



新成人代表の抱負を述べる西尾職員



市場関係者とインターネット回線を通じて
会議をする部会役員とJA職員

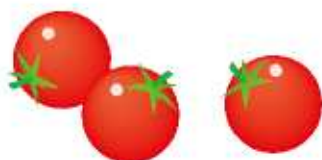
高品質出荷で売り場を確保

ミニトマト部会消費地販売対策会議

JAたまな中央集荷センターミニトマト部会は1月15日、市場関係者とインターネット回線を通じて消費地販売対策会議を行いました。

令和2年度産は、部会員217人が111.3haで「玉果」「玉宝」「キャロル7」を栽培。10月～11月中旬までは、暗天が続き生育良好で着色は例年より進みました。玉肥大も良好で12月はL玉主体の出荷となり、年内の出荷数量は前年を上回る2218t(前年対比108.8%)、10a当たり2t(同105.3%)となりました。

三津家弘明部会長は「新型コロナの影響で先行きが見えない状況だが、高品質のミニトマトを出荷するので、市場にも売り場の確保をお願いしたい」と話しました。



販売目標31億8000万円を目指す トマト部会出荷協議会

JAたまな中央集荷センタートマト部会は1月21日、市場関係者とインターネット回線を通じて出荷協議会を開きました。同部会は、部会員138人が58.8haで栽培。出荷量10600t、販売金額31億8000万円を目標にすることを確認しました。

令和2年産の生育は、昨年比べやや早い程度で推移。品質は良好で2月中旬頃ま

では大玉中心での出荷となる見込みです。

協議会では、倉野尾英樹部会長が「新型コロナウイルスの影響で先の見通しも立たないが、部会、JA、市場が丸となりこの難局を共に乗り越えていこう」と挨拶しました。JA職員がトマトの生産状況や出荷状況などを説明しました。市場関係者は「業務用の販売量が減っている中、量販店の売り場の拡大を進めていきたい」と話しました。

部会では、春先の高温による品質低下を防止するため、全圃場での遮光を実施。小玉対策として、摘花・摘果の励行を部会員に周知・実践していく方針です。



インターネット回線を通じて会議をする部会役員と市場関係者



挨拶をする倉野尾部会長

学校給食へ手作りみそを贈る JAたまな女性部

福島教育長(中央)へ目録と手作りみそを贈呈

JAたまな女性部は1月26日、玉名市教育委員会を訪れ、管内の小・中学52校の学校給食へ手作りみそ200kgを贈りました。今年で13回目の取り組みで食農教育活動の一環。地元産の大豆を使用した手作りみそを味わうことで、地域の農業に興味を持ってもらおうと毎年実施しています。

岩見利美女性部長は「地元産の大豆を使った安全・安心な手作りみそを子どもたちに味わってほしい」と、下田生紀常務は「手作りみそをきっかけに、子どもたちに地元産の農産物に関心をもってもらいたい」と話し、福島和義教育長へ手作りみそ5kgと目録を手渡しました。



QRコードを読み取ると、みそ作りの行程をご覧いただけます。



牡羊座
3/21~4/19

☆全体運動☆ 春に心躍りそう、これからの計画を立てると良いアイデアが浮かぶはず。下旬から運動は上昇を開始!

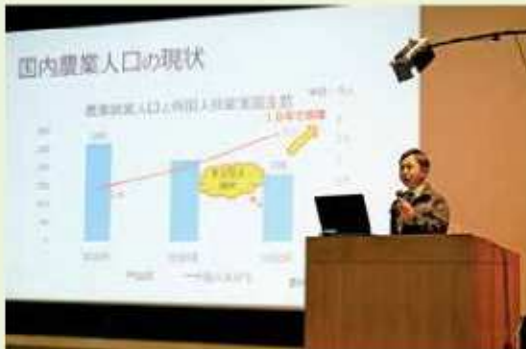
☆健康運☆ ゲーム感覚のできる運動にツキがあります
☆幸運を導く食べ物☆ アシタバ

きらめきreport

1/8

未来塾で山代職員が 優秀賞を受賞

JA熊本中央会がJAの次世代を担う人材を育成するために開講している「未来塾」の修了レポート発表会が行われました。JAたまなからは荒尾市総合支所の山代進職員が「農業ゲートウェイねっと・副業として農業を発信」と題して発表。優秀賞を受賞しました。



修了レポートを発表をする山代職員

1/13

ミニトマト目均し会

JAたまな中央集荷センターミニトマト部会は、目均し会を行いました。新型コロナウイルスの感染拡大防止対策として、各地区4班に分けて時間をずらして開き、出荷時の着色基準を確認しました。

三津家弘明部会長は「品質管理を徹底し、食味の良いミニトマトを消費地へ届けたい」と話しました。



ミニトマトの着色基準を確認する部会員

1/19

縁起ちりめん 「がま口財布」作り

JAたまな女性部は、役員合同会議後にちりめん布を使いがま口財布作りを行いました。ちりめん布にスポンジと厚紙を貼付け、がま口となる金具を付けて作成。思った以上に細かな作業に苦戦しながらも、出来上がった財布を見て思わず笑顔が溢れていました。

岩見利美女性部長は「作るのには難しかったが、カードなども入るため使いやすい」と話しました。



牡牛座

4/20～5/20

☆全体運☆ 友人に連絡を取ってみましょう。グッドニュースをキャッチできる可能性が大。買い物は慎重に。比較検討が大事

☆健康運☆ つい食べ過ぎてしまいそう。茹いで消費を
☆幸運を厚く食べ物☆ 香キャベツ



JAたまな × 食堂あさごはん

YouTube 企画

JAたまなは、地域の特産物であるトマト類やナスなどの消費拡大を目的に、「YouTube」を活用した産地PRを行います！今回の企画は、料理系YouTubeチャンネル「食堂あさごはん」を配信している中井エリカさんに協力していただきました。配信は1月下旬から開始されており、全国の量販店の売り場でも活用されます。

トマト・ミニトマト動画公開中！！ ナス動画2月10日(水)公開予定！



Let's cook!!

食堂あさごはん

普段おうちで簡単に作れる朝ごはんレシピを紹介する管理栄養士の中井エリカさんによるYouTubeチャンネル。
健康を意識した料理中心の動画を配信中。
チャンネル登録者数12万人(令和3年1月現在)

1回目は1月29日公開で、
トマト・ミニトマトのレシピ
「冬のトマトレシピ3選」
動画が投稿されています。
ぜひ、ご覧ください！

YouTube動画の視聴は
左記のQRコードを
読み取ってください



双子座
5/21~6/21

☆全体運☆ 気持ちを引き締めボジティブシンキングに、開拓したいことがあればチャレンジのとき。ただ暴走には注意が必要

☆健康運☆ 体を鍛える好機。ハードなトレーニングも◎
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ ナバナ



一酸化炭素中毒防止

農作業事故（一酸化炭素中毒）防止について

近年、ガソリン、灯油、LPG等を燃料としたエンジンや燃焼機器の使用環境・方法、メンテナンス不足等が原因の一酸化炭素中毒事故が発生しています。

一酸化炭素中毒の危険性について理解し、定期点検を行うなどの対策を心掛けましょう。

一酸化炭素中毒の危険性について

一酸化炭素中毒とは、不完全燃焼などにより発生した一酸化炭素を含んだ空気を吸入した場合に起こる中毒です。

一酸化炭素はヘモグロビンの結合力が強く、少量を吸入しても血液中の酸素運搬機能が著しく損なわれ、酸素欠乏症を起こすといわれています。その症状は、一酸化炭素濃度と吸入時間に大きく左右されます。（表1参照）

ネボン販売の光合成促進機の場合

光合成促進機グロウエアは燃焼式のCO₂供給装置のため、不完全燃焼を起こすと人体や作物に甚大な被害を及ぼす恐れがあり、日常の点検や定期的な点検を行うことが極めて重要です。

また、普段使用している際に悪臭などの異変があった場合は、直ちに使用を中止し点検の依頼をして頂くように促すことも大切です。

表1

※含有率と人体への影響は、個人差及び、体調による差があります。

一酸化炭素含有率	人体への影響
100ppm	数時間の呼吸後でも目立った作用はありません
200ppm	1.5時間後に軽度の頭痛を起こします
400ppm～500ppm	1時間後に頭痛、吐き気、耳鳴りがします
600ppm～1000ppm	1～1.5時間後に意識を失います
1500ppm～2000ppm	0.5～1時間後に頭痛、吐き気が激しくなり意識を失います
4000ppm以上	短時間でも吸引すれば、生命が危険です

参考：炭鉱保安係員実務教本



発生する原因と対策

発生事例	原因	対策1	対策2
灯油を燃料とした燃焼機器。バーナ部分のバックイン等が不良で隙間が発生。燃焼不良に近い運転を継続。ハウスの換気があまり行われない昼間の外気温低い時に従業員4名の体調不良(頭痛・疲労感)発生。	機器の定期的なメンテナンス不足。整備不良認識の放置	定期的なメンテナンスを行う	A:必ず排ガス分析計等を使用し燃焼ガスに人体や作物に直接影響することない状態を確認する。 B:もしもの時を考え、CO発生時に機器の自動停止やCO発生を知らせる警報器等を設置する。
灯油を燃料とした燃焼タイプの光合成促進機(中古機、中古タンク購入)。燃焼不良を起こし、臭い匂いも発生していたが、そのまま継続運転。従業員の吐き気(軽度)発生。作物はCOと同時に発生したエチレンガスの影響で老化が始まり、その後の収量は0となる。	しばらく使用していなかった為、灯油の成分変化及び、タンク内錆によるノズルの中途半端な詰まりが原因で不完全燃焼発生。	劣化する部品:ノズル1シーズンもしくは運転2000時間、電磁ポンプは、3シーズンもしくは運転3000時間ごとに部品交換と点検を実施すること。またオイルタンクの水抜きやオイルストレーナの点検・整備を行う。	
吹出口にダクトを接続したため燃焼状態が変わり、不完全燃焼を起こしていた	ポリダクトが水分や作物により完全に濡らせず、排出されるガスが逆流等を起こし不完全燃焼状態となる。	吹出口にダクトを絶対に取り付けない	



蟹座

6/22～7/22

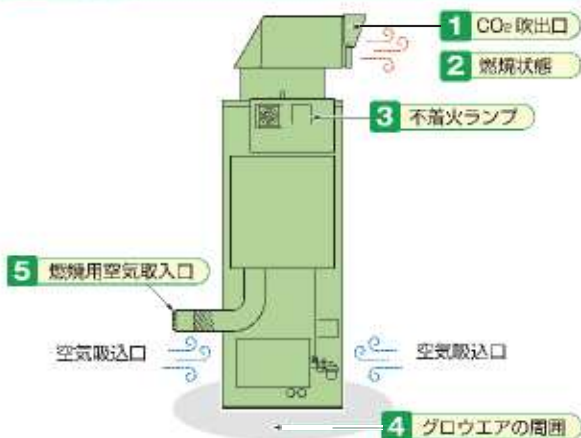
☆全体運☆ 頑張っていたかいありの結果が待っていて思わずっこり。困り事はネットで検索すると解決のヒントが、相談も吉

☆健康運☆ 心安らく音楽でメンタルが回復。ダンスも◎
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ サヨリ

CO₂発生機〈光合成促進機グロウエアシリーズ〉の 定期点検・整備のご案内

燃焼不良時には、有毒ガスが発生するおそれがあります。安心・安全にご使用いただくため、ご使用者による日常の点検と合わせて、専門家による定期的な点検・整備を受けてください。

日常の点検・お手入れ



グロウエア 点検・お手入れ

- 1 CO₂吹出口** … 吹出口はふさがらない。ダクトを接続しない。
- 2 燃焼状態** … 吹出口から煙がでていないこと。異臭がしないこと。
○燃料の供給状態が悪くなったり、燃料用空気取り入れ口と給気口がふさがり燃焼用の空気の取り入れが不十分だったりすると、CO₂吹出口から煙や異臭が継続して発生します。
○下表を参照して、原因を取り除いてください。原因を取り除いても煙や異臭が発生する場合や、ご自身で対応できない場合はお買上げの販売店などへご連絡ください。

煙について	主な原因	状 況
煙またはにおいがする	異燃状態	給気口がふさがっている CO ₂ 吹出口がふさがっている 本体に穴が開き、接続している

- 3 不着火ランプ(赤)** … 不着火ランプが点灯していないことを確認
- 4 グロウエアの周囲** … 燃えやすいもの危険物などは周囲に置かない
- 5 燃焼用空気取入口給気口** … 空気取り入れ口と給気口がふさがれていないこと
- 6 燃料** … ・油漏れの確認 ・タンクに燃料が1/3以上あるか **Check!!**

月に1~2回の点検・お手入れ

オイルタンクの水抜き

- ①透明な容器をドレンバルブの排出口の下に置く
- ②ドレンバルブを開け、約200ccの水を抜く
- ③容器にたまった液体が分離していれば、灯油に水がまざっているので、一度容器を空にしてから再度、約200cc水を抜く。これを分離しなくなるまで繰り返す。
- ④水抜きが完了したら、ドレンバルブを閉める



オイルストレナーの掃除

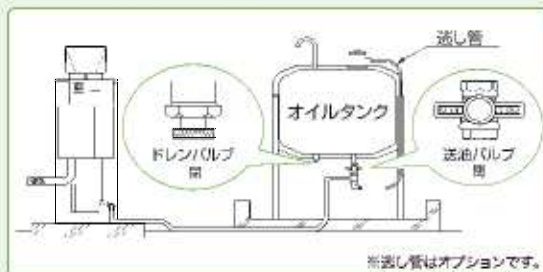
- ①オイルタンクの送油バルブを開けてください
- ②右図のようにカップをゆるめ、エレメントを取り出してください
- ③エレメントをきれいな灯油で洗ってください。カップの中のゴミと水は捨ててください
- ④逆の手順で組み付けてください
- ⑤オイルストレナーから油漏れがないか確認してください



長期間使用しないときのお手入れ

油配管バルブ操作

バルブを閉じると夏季の気温上昇で油が熱膨張し、本体部品や油配管などが破損するおそれがあり、危険です。逃し管の使用をおすすめします。詳しくは、取扱店などへお問い合わせください。
右記のように、油配管のバルブを必ず閉じてください。



保管

- 以下のことを守って機器を保管してください。
- オイルタンクの灯油は、必ずシーズン終了時までを使い切ってください。長期保存すると変質します
 - 雨水・ほこりがかからない、風通しの良い場所に保管する
 - 自動機器に狂いが生じるような湿気の多い場所、腐食するような場所は避ける
 - CO₂吹出口・空気取入口に防鳥・防虫のカバーを付ける
 - 給気口は、枯れ葉などでふさがれていないことを確認して、グロウエア本体の周辺にまとめて保管する

専門家による
定期的な点検・整備を
しましょう!

専門家による定期的な点検・整備(一例)

- ◆絶縁測定、整備
- ◆火災検出器測定、整備
- ◆消耗部品の確認、交換
- ◆燃焼ガスの成分測定
- ◆燃焼バランスの調整
- ◆日常の点検、管理ポイントをご説明など



獅子座
7/23~8/22

☆全体運☆ 高齢者との交流から幸運が舞い込みます。新企画は経験談や前例を参考に、転ばぬ先のつえが大きな力を発揮します

☆健康運☆ 人気の健康法にツキがあります。お試しを
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ タマネギ

自分史の書き方・作り方講座

これまでの人生で起こった出来事を、自分の歴史として文章に書き記す自分史。経験や知識を家族や友人に伝えると同時に、これからの人生をどう生きるか考えてみましょう。



自分の生きた証を 伝えたい人に文字で残す

古くは「隠居」という慣習がありました。先人は隠居することで社会の第一線から退き、これまでの人生を振り返りながら、後世に残る人たちに自らの生きざまを伝える時間を設けていました。

生涯現役といわれる現代では、自身の人生の総まとめとして自分史を作るのです。その目的は、これからの人生を、生きがいを持ってより楽しく過ごすためです。

自分史と聞くと自叙伝をイメージされる人が多いようです。「いいえいえ、私なんて平凡に生きてきたただで書くことはない」と考える人がいる



思わぬ感謝に出合える 「人生の棚卸し」

自分史の意義は、自分自身の「人生の棚卸し」ができることです。これまでの自分の人生とじっくり向き合うことで、その意味を考えるきっかけになるのです。

「何か話せば、きついことを言う人だから」と、近所にいながら最近はずき合のない人。しかし、あらためて思い起こしてみれば一家が引っ越してきたときに、真っ先に声を掛けてくれてご近所全員を紹介してくれた

かもしれません。実は、自分史というのは、もっと気軽に楽しく作ることができます。

のは、その人でした。最近のことはかり記憶に残っているが本当はこの人がいなかったら……、そんな人はいませんか。

忘れていた出来事を思い返すことで、感謝あふれる日々を過ごすことにもなり得ます。自分史は人生の棚卸しを文章化した、尊い人生日記といってもいいかもしれません。



自分のため、家族のため、 感謝を伝えたい全ての人に

母が亡くなった年齢と同年になったが、まずは、これから人生を歩み続ける自分自身のため。自分史は長生きを楽しむための振り返りでもあります。書くのは度だけに限らず、続編を作っても良いと思います。新しい家族に対しては、自分自身が生きた証として残す大切なものになるでしょう。感謝を伝えたい人にもぜひ読んでもらいたいですね。

人生の節目が、自分史を作る格好のタイミングになるでしょう。定年退職や還暦などを契機に自分史に取り組む人が多いようです。もちろんタイミングは人それぞれ。子どもの結婚や、



乙女座
8/23~9/22

☆全体運☆ 気になっていた同僚が急浮上しそう。用事は早めに片付け急い焼きなないように。物やお金の貸し借りは回避を

☆健康運☆ 疲れが出がち。休憩、休養でリフレッシュ。
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ ハセリ

自分史の書き方



自分史を書く前に、まず最初にやるべきことを挙げておきます。

① 人生の棚卸をする

年代ごとに自分の人生を振り返ってみましょう。幼少期(小学校入学前)、少年期(小学校～大学)、青年期(就職後)、結婚後、定年後など、ノートに書き出していきましょう。年代ごとにお世話になった人、ありがとうを伝えたい人を書き出していくと、その人にちなんだ出来事も思い出せるようになります。また、年表などを参考にすると、当時流行していた音楽や好きだった食べ物などを出来事に結び付けることができます。書き出していくうちに内容が膨らんでいくことでしょう。

② 得意なこと、好きな事柄を考える

今の自分を見つめるため、得意なことや好きな事柄について書き出してみましょう。単に「料理」のように抽象的な内容ではなく、より具体的に「ハンバーグを作るのがうまい」など、できるだけ詳しくたくさん考えるのがポイントです。

③ 自分の個性を書き出す

個性というと抽象的で分かりにくいかもしれませんが、「好きな動物」「好きな色」「好きな言葉」「好きな本」「何を大切に生きているか」など、具体的かつ身近なことで構いません。大事なのはなぜそれを選んだかを書くことです。

人生の棚卸しで見つけた出来事をピックアップし、古い出来事から新しい出来事の順に書いても良いし、「私の人生の〇〇大ニュース」として、順位を付けて書き進めるのも面白いですね。

注 否定的な内容に注意しよう

自分史は後世に残ります。「この人は許せない、好きではない」など、特定の相手に対する否定的な内容は書かないようにしましょう。ひょっとすると、その人がいたから頑張れたということもあるかもしれません。必ずや誰かが読むことを想像して、感謝の気持ちと優しさを忘れずに取り組んでください。「私の先祖はこんな人だった。つらいことはあるけど頑張ろう」と、後世の人が読んで糧になるような内容だと良いですね。

..... 年表(例)

社会や身近な出来事を自分の歴史と結び付けて考えることで、あらためて人生を振り返ることができます

社会の主な出来事や事件	流行やヒット曲	身近に起きた出来事	自分の出来事	自分の考えていたこと
〇〇〇〇年 オリンピック開催	〇〇〇〇年 〇〇〇が流行		〇〇〇〇年 〇〇〇〇の卒業	〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇
〇〇〇〇年 〇〇〇〇事件	〇〇〇〇年 〇〇〇〇がヒット	〇〇〇〇年 〇〇〇〇が生まれる 〇〇〇〇年 〇〇〇〇が生まれる	〇〇〇〇年 〇〇〇〇に就職 〇〇〇〇年 〇〇〇〇に引越す	〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇〇〇〇

..... ページ構成を考える(例)

あらかじめページ構成を考えておけば、各項目をリストアップするときに参考になります

青年期 (就職後)	少年期 (高校・大学)	少年期 (小学校・中学校)	幼少期 (小学校入学前)	自己紹介	自己紹介	表紙	裏表紙 家族写真
P.7	P.6	P.5	P.4	P.3	P.2	P.1	P.16
メッセージ 家族への	家族紹介	楽しかった 思い出	楽しかった 思い出	大変だった 思い出	大変だった 思い出	定年後	結婚後
P.15	P.14	P.13	P.12	P.11	P.10	P.9	P.8

自分史の印刷・製本

自分史には人それぞれに目的があり、1冊しか作らない人もいれば、数千冊作る人もいます。判型やページ数など、体裁の違いがあっても当然です。

手書き用紙をとして表紙を付けるだけでも立派な自分史の出来上がり。大事なのは中身です。印刷・製本を業者に依頼する方法もあります。部数によりますが数十部程度であれば数万円から。さまざまな体裁に対応してくれるので問い合わせてみると良いでしょう。



全て手書きの1冊や、写真を使ったフォトブック形式など、自分だけの1冊を作ってみてはいかがでしょうか



天秤座
9/23～10/23

☆全体運☆ 努力が認められスポットライトが当たりそう。いつも通りのことを丁寧に基めておくのが幸運の秘訣(ひけつ)

☆健康運☆ スポーツなど上達しやすいとき、レッスンにツキ
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ シイタケ

シェフ永井のおすすめ

材料(4人分)

新ジャガ(小芋)ゆでた物	4個
アスパラガス	4本
ベーコン厚切り	120g(8等分)
塩	適宜
サラダ油	適宜
イクラ	大さじ1
ハーブ	適宜
ドレッシング	
マヨネーズ	大さじ2
ボン酢	大さじ1
粒マスタード	大さじ1
レモン汁	大さじ1

作り方

- (1) ドレッシングの材料をボウルで合わせておく。
- (2) フライパンにサラダ油をひき、一口大に切った新ジャガとベーコンをじっくりと焼き上げる。
- (3) アスパラガスを塩ゆでし、食べやすい大きさに切る。
- (4) (1)のボウルに(2)と(3)を入れ、混ぜ合わせて皿に盛り付け、イクラとハーブを飾り出来上がり。

新ジャガとアスパラガスの温サラダ



マダイの唐揚げかぶらの和風あん掛け

材料(4人分)

マダイ切り身	4切れ
片栗粉	適宜
サラダ油	適宜
塩ゆでしたソラマメ	10粒ほど
カブ(すりおろした物)	1個分
イクラ	大さじ1
刻みユズ	適宜
和風あん	
かつおだし	120ml
薄口しょうゆ	大さじ1
みりん	大さじ1
水溶性片栗粉	大さじ1

作り方

- (1) マダイの切り身に薄塩(材料外)を振り、1時間ほど置き水気を拭き取る。
- (2) 180度に熱したサラダ油で片栗粉をはいた(1)を4分ほど揚げる。
- (3) 和風あん(材料外)の材料を小鍋に入れ、かき混ぜながら沸騰させる。水溶性片栗粉でとろみを付け、火を止めてからカブとソラマメを混ぜ合わせる。
- (4) 器に(2)を盛り、上から(3)を回し掛け、イクラと刻みユズをのせて出来上がり。



永井 智一(ながい ともかず)
茨城県笠間市にある
「天晴(旧キッチン輸入)」オーナーシェフ



蠍座

10/24~11/22

☆全体運☆ 楽しみにしていたことが実現しそう。途中で諦めず継続するのは大健成。話し合えば味方になってくれる人も

☆健康運☆ おいしい物を食べて、睡眠もしっかり取って ☆幸運を呼ぶ食糧ベロ☆ ワカサギ



野菜ソムリエ上級プロ

kAORUの

ベジタブルライフ

イラスト：小林純美子

サヤエンドウ

～春を演出する彩り野菜～



サヤエンドウのプロファイル
 【分類】マメ科エンドウ属
 【原産地】中央アジア、中近東
 【おいしい時期(旬)】春1～5月ころ
 【主な栄養成分】ビタミンC・β群、
 ナーカロテン、カリウム、食物繊維

見分け方

ややがましい味
 色で、黄色っぽく
 変色していない

みずみずしく、
 張りヒツツがある
 鮮度GOOD!



先端の白い毛がピン
 ピンと変色していない



スナップエンドウは
 豆が大きすぎて、も
 味の豆の大きさがそ
 ろついているものが◎

さやの中の豆の隙間が
 小さい

煮ち過ぎ……大きい豆は煮ち
 過ぎで硬く味が落ちる

楽しみ方・食べ方のコツ

肉料理や魚料理の彩りに



加熱の注意点
 短時間加熱がポイント。加熱し過ぎると
 食感や風味が損なわれ色も悪くなる

下ゆで
 塩を加えて沸騰した湯の中で1分程度
 ゆでる。すぐに冷水に入れて色止め
 冷水にぬれ過ぎないよう、
 粗熱がとれたらあげて水気を切る

茹で汁
 茹で汁にさらさず食べると、
 両端を折って、皮を引くだけでOK



炒め物では下ゆですると
 色や食感も良く仕上がります
 下ゆでは30秒程度で
 硬めにゆでる

保存方法

冷蔵庫の野菜室へ
 乾燥に弱い
 軽く濡らせたペー
 パータオルや新聞
 紙に包んでラップ
 に包むか保存袋に
 入れる



便利
 使う分ずつラッ
 プに包んで小分
 けしておくと

冷凍保存
 長期保存したい場合は
 冷凍がお勧め
 (1か月以内は使い切る)



茹で取って
 硬めにゆ
 で、水気を
 よく拭き
 取ってから、
 保存袋などに入れて
 保存

“こりゃあ、うまい!”



recipe

レンジで紅鮭の紙包み焼き



材料 (4～5人分)

- 塩漬紅鮭切身 …………… 4切
- ブロッコリー(小房に分ける) …………… 200g
- コーン …………… 200g
- にんにく(薄切り) …………… 2片
- ブラックペッパー …………… 適量
- バター …………… 60g

作り方

- ① 紅鮭は解凍し水気を拭き取る。
- ② クッキングシートを30～40cm広げ、鮭1切をのせてブラックペッパーをふる。ブロッコリー、コーン、にんにくを1/4ずつのせてバター15gを3～4箇所に分けてちらし、クッキングシートで包む。同様に3つ作る。
- ③ ②の紙包みを1つずつ耐熱皿にのせて、レンジで4～5分加熱する。



エコープマーク品のご購入はお近くの供給センターまで。

提供：JJA熊本経済連生活総合製



射手座
 11/23～12/21

☆**全体運**☆ 怠け心に流されないで、面倒なことから取り掛かると運気が好転。反対意見を持つ人の話にも目を傾けましょう

☆**健康運**☆ 無理をしなないのが一部。自分自身をいたわって☆**幸運**運を呼ぶ食べ物☆ ハッサク

JAたまな天水野菜集荷所

従業員大募集

簡単な作業です。未経験者でも可。

募集人員 男・女 若干名

やる気のある方、大歓迎!!

職種 アスパラガス選果

※未経験者でも可

時間 午前8時～開始

※出荷量により時間帯に変動があります

受付 天水野菜集荷所

受付は平日午後5時まで随時

(土・日・祝日は12時まで)



お申し込み
お問い合わせ

JAたまな
天水野菜集荷所

TEL.0968-82-4032

〒865-5402 天水町立花 1828-17

シロアリ防除はJAへ

今すぐチェック!
3つ以上あれば
要注意です!

- 羽アリを近所や家の中で見かけたことがある。
- 最近、近所でシロアリの防除工事を実施した家がある。
- 増改築を行ったことがある。(または、行う予定がある。)
- 廊下等の床に“ブカブカ”するところがある。
- 最近浴槽等水回りの入口敷居が“ギシギシ”きしむようになった。
- 以前実施したシロアリ防除工事から、5年以上経過している。
- 柱等の木部を叩くと“空洞音”のするところがある。
- 新築で建ててから、10年以上床下点検をしていない。
- 庭の木杭等にシロアリによる被害がある。
- 雨漏りしている箇所がある。

床下無料調査実施中

無料で床下点検・点検結果の報告を行い、お客様にあった防除をお勧めします。その後、お客様から申し込みがあった場合に、有償にてJA取扱業者が防除を行います。



シロアリの羽アリ

春から初夏にかけてシロアリの一部が新しい巣を作るために羽アリとなって飛び立ちます。



シロアリ

土の中を移動し、床下から蟻道を作り建物に侵入して木材等を食害します。とても注意深く、土の中や木材の中で、一年中活動をしています。



お申込み・お問い合わせはお近くの総合支所・供給センターへ



山羊座

12/22～1/19

☆全体運☆ 人の輪の中に入っていきましょう。「三人寄れば文殊の知恵」、1人では解決できないことにも光が見えてきます

☆健康運☆ 話題のエクササイズにトライ。早起きは吉
☆幸運を導く食べ物☆ シュンギク

2021.March(3月)

◆品質向上対策

〔排水溝の整備〕

麦は湿害に弱く、根傷みをおこすと生育が阻害されます。今後の降水量の増加に備え、雨水が圃場外へ速やかに排出されるよう排水溝を整備し、湿害を予防しましょう。

〔追肥の施用〕

2月下旬と開花時期に施用することでタンパク含有量の向上が見込めます。また、この時期に追肥を施用することで、1株当りの粒数も確保できます。

※大豆の後作については、地力に依りて基肥を減する。

2月下旬の施用

●BB454などを10a当たり15kg窒素成分2kg程度、葉色を確認し施用して下さい。

開花時期の施用(4月中旬)

●追肥(実施)は、硫酸を10a当たり10kg施用して下さい。

●葉面散布は、尿素の水溶液(水100ℓに尿素を2kg溶かす)を10a当たり100ℓ、2回散布して下さい。赤かび病防除と同時に行うと能率が上がります。

◆赤かび病防除対策

〔発生時期〕

主に開花期から乳熟期にかけて発生します(4月下旬)。気温と湿度が高いと激しく蔓延するため、曇天や降雨などの天候不順が続くときは注意が必要です。

〔耕種的防除〕

- ①排水対策の実施：排水溝を整備し地表面排水をよくする
- ②土入れ作業：土を被せることで根元からの病原菌の飛散を抑制
- ③被害株の処分：発見後は被害が広がらないよう圃場外へ速やかに処分

〔農業防除〕

適期防除時期

●小麦の場合：1回目は開花期頃、2回目はその7日後に散布

●大麦の場合：子実の肥大に伴い薬の殻が押し出されてくる時

その時期は穂揃期の10日後頃(写真参考)

※曇雨天が続く場合は、できるだけ時間をみて適期散布に心がける。

防除適期 薬殻抽出始め



■使用農薬一覧

	薬剤名	希釈倍数	反当使用量	使用回数	収穫前日数
小麦	ワークアップ粉剤DL	—	3kg	3回以内	7日前まで
	ワークアップフロアブル	2,000倍	100ℓ	3回以内	7日前まで
	チルト乳剤	1,000倍	100ℓ	3回以内	3日前まで
	ヘルコート水和剤	1,000倍	100ℓ	1回以内	21日前まで
大麦	ワークアップ粉剤DL	—	3kg	3回以内	7日前まで
	ワークアップフロアブル	2,000倍	100ℓ	3回以内	7日前まで
	チルト乳剤	1,000倍	100ℓ	1回以内	21日前まで

※農薬の使用にあたってはラベルをよく読み、農薬使用回数、収穫前日数を確認して使用する。

指導員からの一言

赤かび病は、人や家畜にとって有害なかび毒素を生成します。適期防除を行い、特に小麦は同じ薬剤の連用を避け、防除効果を高めましょう。
また、降雨などの影響によって作業が実施できない期間や、農薬の防除効果が低下する場合がありますので、気象予報などを確認し、事前に作業計画を立ててから管理に取り組みましょう。



水瓶座
1/20～2/18

☆全体運☆ 調子に乗ってOK、やらないよりやった方がラッキーに出合えます。幸運は回復。欲しかった物に手が届きそう

☆健康運☆ ハードなトレーニングで大躍進。親えて◎
☆幸運を導く食べ物☆ キウイフルーツ

JAたまなヘルパーステーション

未経験の方大歓迎

登録ヘルパー(パート)

大募集

※介護職員初任者研修(ヘルパー2級)

以上の介護の資格をお持ちの方

※週1回・1日1時間～でもOK!!

※勤務地:玉名市・和水町

※60歳以上活躍中 詳細は面談にて

ご質問などお問い合わせ
だけでもOKです!



連絡先

JAたまな生活福祉課

TEL 0968-72-5517

JAたまな生活福祉課

担当/瀬上・亀崎

令和 第10回理事会

議事

第1号議案

総代の任期満了に伴う改選スケジュールについて

報告事項 ①令和2年12月末余裕金運用状況報告について

②令和2年度みのり監査法人監査Ⅲ「内部統制運用評価」の日程について

③令和2年11月末コンプライアンス点検結果報告について

◆ 税務無料相談

税金について何でも、お気軽にご相談ください。

▼今回の税務相談日 令和3年3月18日(木)

▼場所 JAたまな本所

▼事前に予約が必要です。

(申し込みは最寄りの各総合支所まで)

◎税務相談担当

山口 勝則(JAたまな顧問税理士)



● 法律無料相談

法律についてのご相談は、随時受け付けています。

▼場所 熊本中央区

▼事前に予約が必要です。

(申し込みは総務課/2-5500まで)

◎法律相談担当

崎坂 誠司(JAたまな顧問弁護士)



おたよりコーナー



☆クイズ: 答えはわかったけど、マスが全部埋まらないと何かスツキリしない!!...と、旦那を巻き込み二人での頭の体操となり...全部埋めて、無事完成しました... (笑)

(松本文代さん)

— 答えが分からないともモヤモヤしますよね。ご主人にも協力いただけで良かったです。😊 今月号もぜひ、お二人でチャレンジしてください。 ♪

☆12月20日(日)に全国高校駅伝大会(女子)があり、高校1年の孫がアンカーで走り感動しました。

(池田孝雄さん)

— 桌代表、すごいですねー頑張って走られている姿を見ると感動しますよね！お孫さんなら尚更です。 ✨

編集後記

先月、父が誕生日を迎え、今までは時々プレゼントを渡したりしていたのですが、今年はささやかながら誕生日パーティーをすることになりました。妹が作った父の大好きな唐揚げを食べ、孫からプレゼントを受け取ると、父はとても喜んでいました。😊

その後、孫たちによるケーキ争奪戦が始まり、一悶着あったのですが(笑)なかなか忘れがちな父の誕生日...これからは毎年祝ってあげなくては...と思いました(ま)



★ 皆様のおたよりをお待ちしています! 宛先はこちら... 〒865-8555 玉名市六田7番1 JAたまな 総務課広報係
★ メールでも受付中! Eメールアドレス... public@jatamana.or.jp

終活セミナー 要予約



「今」をより良く、より自分らしく
楽しむために知っておきたいこと

JA葬祭では感染症対策を実施しています
※ご来場時は、マスクの着用をお願いいたします

参加費 無料

販売行為一切致しません。安心してご参加ください

特典

エンディングノート
プレゼント!
その他、お弁当・粗品を
ご用意しております



プログラム

- 11:00~12:00
●終活セミナー
- 12:00~13:00
●お食事
- 13:00~
●事前相談

先着20名様

3/9(火)

玉東会館 TEL.85-6633

3/25(木)

横島会館 TEL.84-2020

24時間
365日対応

葬儀のご相談・ご依頼は
今すぐお電話ください

フリー
ダイヤル

☎0120-40-5564

または、
各総合支所へ

もしも事故が起きたら…

- 1.けが人の救護等
- 2.もよりの警察へ連絡

JA共済 交通事故受付 センター

ジコハ クミアイ
0120-258-931
【24時間365日受付】

農機センターの ご案内

中央農機センター
TEL 76-3366

【担当地域】長洲町・玉名市・玉東町

南関郷農機自動車センター
TEL 53-0049

【担当地域】荒尾市・和水町・南関町

お気軽にお電話ください

(株)グリーンたまな葬祭事業

グリーン会館…0120-40-5564
玉名市六田5 73-2626

須弥山会館…53-2977
南関町関下2013-5

長洲会館…78-5454
長洲町梅田627-1

玉東会館…85-6633
玉東町木葉650-1

横島会館…84-2020
横島町横島3364-1

お電話はお間違えのないようにお願いします。

農作業安全を心がけましょう!!

巻き込まれによる重傷・死亡事故が多発しています!!