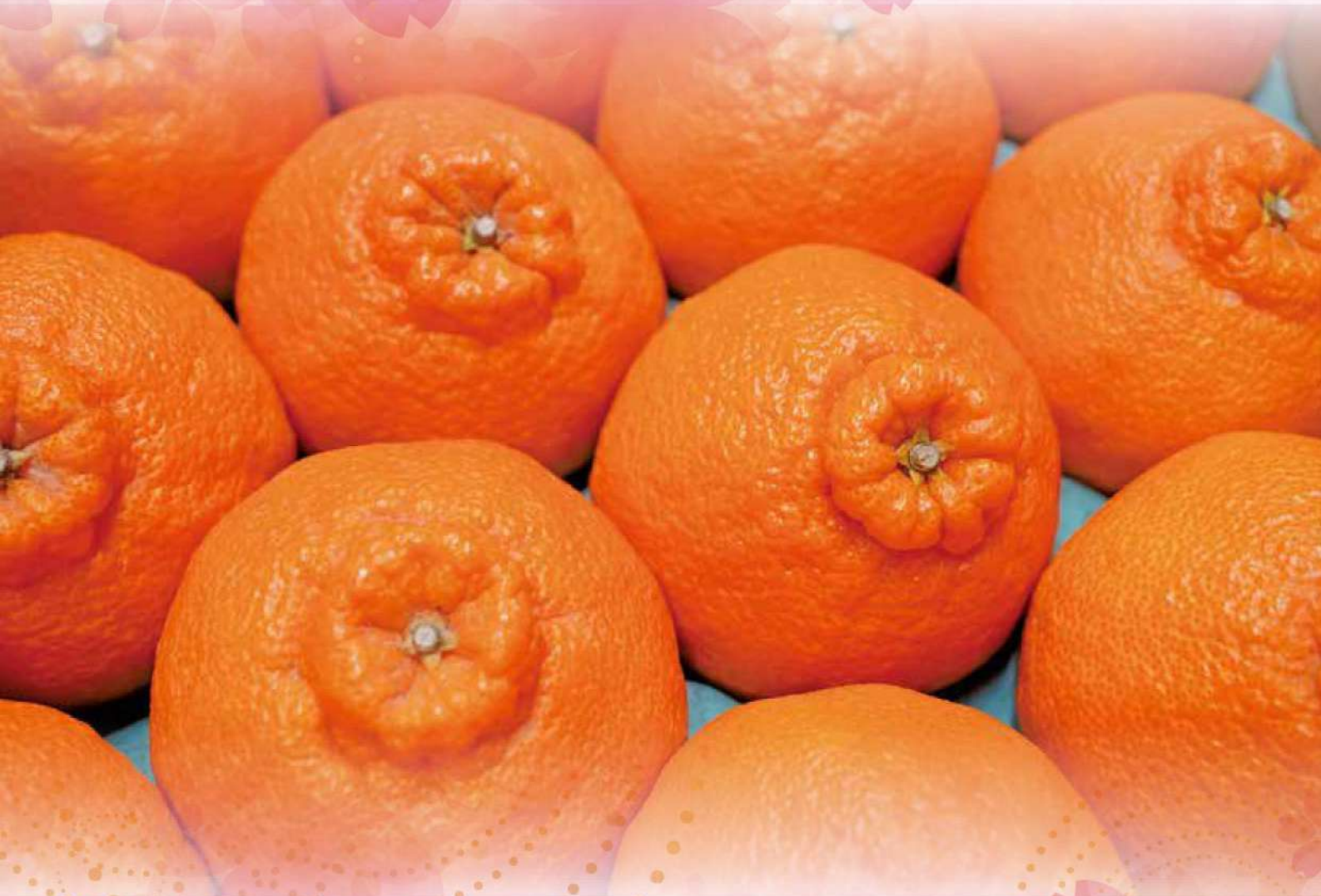


JA たまな

4 2022
月

Vol.347



デコボン

★今月の読みどころ★

- きらめきニュース 2~3p
- 熊本県域 JA 構想 5p
- フードマイレージから日本の「食」を考えよう ... 8~9p

Twitter



Instagram



Facebook



ホームページ



きらめき発信 たまな

JAたまな発 きらめきニュース

露地デコポン出荷始まる

糖度高く良い仕上がり

JAたまなでは2月12日から、露地デコポンの出荷が始まりました。令和3年産は糖度が高く良い仕上がりとなっています。初日は30tを全国各地へ送り、4月中旬までに650tを出荷する見込みです。

露地デコポンは12月下旬に収穫し、果実を追熟するため貯蔵した後、選果場へ持ち込まれます。中央みかん選果場では、生産者が持ち込んだデコポンを1玉ずつ手作業で傷などが無いか確認。光センサーで糖度と酸度を測り、基準値以上のものを「デコポン」として箱詰めし、全国各地へ出荷しています。

JA担当者は「今年もおいしい露地デコポンができています。たくさんの人に食べてもらいたい」と話しました。



露地デコポンを1玉ずつ手作業で選果する従業員

北部集荷センターなす部会

夏秋なす専門部反省会・総会

JAたまな北部集荷センターなす部会夏秋なす専門部は2月下旬、反省会・総会を開き、令和3年産実績を販売数量656t（前年対比111%）、販売金額1億4272万円（同77%）と報告しました。8月の豪雨による一部圃場の冠水や9月の台風14号による傷果の発生があったものの、全体的な好天により収穫量は増加しました。

反省会・総会は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、最小限の人数で開催。井上繁孝部会長が「今年も部会・JAが一丸となって販売力強化に努め、安全で安心なナスを消費地へ届けよう」と挨拶。令和3年度の生産販売報告のほか、令和4年度事業計画などについて書面議決で可決しました。

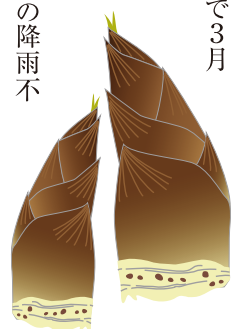


挨拶をする井上部会長

タケノコ出荷本格化

春富選果場

JAたまな管内で3月上旬、タケノコの本格出荷が始まりました。管内産地



は裏年。年明けからの降雨不足の影響で出荷数量は例年より少なく、2月は5回の集荷で538kgでした。大きさはやや小ぶりですが品質は良好。4月上旬にピークを迎え下旬まで続きます。

JA春富選果場では生産者が各地区に持ち込んだタケノコを集め、従業員が1個ずつ傷などが無いか確認。重量選果機で選果後、根切りし2kg段ボールに箱詰めします。

担当者は「管内は裏年だが、品質の良いタケノコができています。熊本県産のタケノコをたくさんの人に食べてもらえたらうれしい」と話しました。



重量選果機で選果するタケノコ

玉名市とJAたまななどで組織する玉名市野菜振興協議会は2月16日、玉名市立玉名町小学校へイチゴ「ゆうべに」150パックを贈りました。

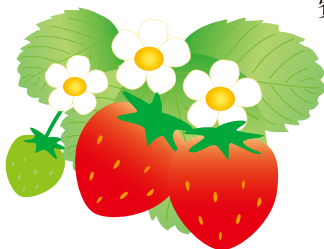
来輝さんは「転校してきたばかりで玉名のこととはよく知らないが、イチゴがおいしいと聞きました。おいしく頂きます。ありがとうございます」と感謝の言葉を述べました。

贈呈式ではJAたまな園芸部連絡協議会イチゴ専門部の松本輝紀部会長が「生産者が丹精込めて作ったイチゴを食べて、勉強やスポーツを頑張ってください」と手渡ししました。児童代表の田畑こはるさんが受け取り、鬼塚

同協議会は学校給食への農産物贈呈のほか、インターネット交流サイト(SNS)を活用し、玉名産農産物の消費拡大を目的とした情報発信を行っています。



左から松本部会長、イチゴを受け取った児童代表の田畑さん、鬼塚さん、西崎徹校長



令和4年度(2022年度) 熊本県立農業大学校農作業安全講座 大特、けん引の受講生募集のお知らせ

募集期間：令和4年(2022年)4月8日(金)～4月28日(木)まで

【受講対象者】

- ① 県内に居住する専業農家、第1種兼業農家の構成員で、年間150日以上自営農業に従事するとともに、大型特殊車両の農業機械を有する又は利用している者(予定も含む)。
- ② 県内に居住する県内の農業生産組織又は農業生産法人の構成員、従業員、オペレーターであり、大型特殊車両の農業機械を運転・操作する業務を担う者。

(他に運転免許試験の受験資格を満たす必要があります。)
ただし、認定農業者等の講座で定める担い手に該当する場合は優先選定します。
また、申込多数の場合は抽選となります。



申込書等は農大HPにも掲載してあります。

申込
問合せ先
県北広域本部
玉名地域振興局 農林部
農業普及・振興課
電話：74-2136

その他、
要領や申込書の
ダウンロードは
こちらから



牡羊座
3/21～4/19

☆☆☆**☆全体運☆** 活力に満ちあふれ、前進のときです。素晴らしいアイデアにも恵まれます。計画をさらにクオリティーアップさせて

☆☆☆**☆健康運☆** ストレッチで血行促進を図りましょう
☆☆☆**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** ウルイ

きらめきreport

2/18 「未来塾」全国発表会

JA熊本中央会が実施している「未来塾」の修了レポート発表会で最優秀賞を受賞したJAたまな職員の藤井誠さんが、全国で「スタート! JAこども食堂 JAのチカラでこどもに元気を」と題してレポートを発表しました。



レポートを発表する藤井職員

2/24 小麦「プレミアムT」をテレビで紹介

JAたまな管内で生産されている小麦「ミナミノカオリ」のブランド「Premium T(プレミアムT)」がKAB(熊本朝日放送)の番組企画「くまパワ! 農業部」で紹介されました。生産者の田端末雄さんの圃場でリポーターの野崎あいかさんが麦踏み体験をしました。パン販売店「パン・オルヴァン 高平店」では開発したパンが紹介されました。



麦踏み体験をする野崎さんと説明する田端さん



くまパワ! 農業部の内容は
こちらからご覧いただけます

3/3 JA熊本県女性大会

JA熊本県女性組織協議会は、各JAとWebで令和3年度JA熊本県女性大会を開きました。組織活動の活性化と部員意識の向上を目的に行った組織活動体験発表では、JAたまなを代表して孝富士明代さんが「つどい 歩みつづける女性部活動」と題して活動内容を発表。フレッシュミズの作文コンクールでは西ちひろさんが「家族・フレッシュミズの幸せの輪」と題して発表されました。

発表内容はQRコードを読み取って
ご覧いただけます。



孝富士さんの発表内容



西さんの発表内容



牡牛座
4/20~5/20

★**☆全体運☆** 上昇運です。思い通りにならないことは解消の兆し。
★**☆☆** 丁寧な作業を心掛け、長期戦で取り組んで。金運も回復へ

★**☆健康運☆** 無理は禁物。後半から回復。運動量を増やして
★**☆☆** **☆幸運を呼ぶ食べ物☆** ゴーヤ



熊本農業の未来をみんなで考えよう

熊本県JAグループでは、環境変化に適時・的確に対応しながら「農家・組合員の多様なニーズに、これまで以上に応えていくため」「JAの組織・経営基盤を将来にわたってより強固なものにするため」に熊本県域JA構想の協議を進めています。今回は各事業部門別の基本方針・事業戦略についてご紹介します。

1 営農指導事業では

県域営農指導体制を確立し、営農指導に専念できる体制を構築するとともに、営農指導員の人材育成に取り組み、出向く営農指導の実践に取り組みます。

また、農業経営のニーズに応じた経営サポートの実践に取り組みとともに、新規就農者・後継者の育成・確保や労働力の確保対策を通じて、農業生産基盤の維持・拡大に取り組みます。

2 販売事業では

県域コントロール機能の発揮と安定供給体制の構築により、実需者ニーズに対応した販売力の強化に取り組むとともに、統一した「くまもとブランド」の確立と認知度向上に取り組みます。

また、集・出荷施設の共同利用と効率的配置、県域共同物流体制の構築に取り組み、トータルコスト低減と拠点事業の安定利用を図ります。

3 購買事業では

スケールメリットの強みを最大限に発揮した仕入機能の強化を通じて、そこで得られた効果を組合員へ還元し、農業者の所得向上に貢献します。

また、経営資源を最大限に活用し、地区を越えた運営体制の強化と整備に取り組みます。

4 暮らし・福祉事業では

組合員組織活動の活性化による組合員基盤の強化に取り組みます。

また、総合事業の強みを活かして、生活に必要なサービスを提供するとともに、SDGsを意識した地域の活性化に取り組みます。

5 信用事業では

融資専任担当者を拡充し、組合員や生産者に対する相談対応力・融資対応力の強化を図り、農業所得の向上や地域活性化に取り組みます。

また、貯金・貸出商品の県内統一やライフイベントに応じた提案活動によるサービスを拡充し、豊かな暮らしの実現に取り組みます。

6 共済事業では

組合員・利用者サービスの拡充（交通事故対応、共済金請求などの各種手続き）と利便性の向上に取り組みます。

また、本所機能の集約とさらなる事務負担軽減効果により、「出向く体制の強化」と「専門性の向上」に取り組みます。

7 管理・企画・教育・広報部門では

管理部門の集約や役職員の知識・ノウハウの結集、大規模化・高度化するJAのマネジメント体制の構築や、人材の育成及び情報技術の活用に取り組みます。

また、組合員や地域住民から「なくてはならないJA」という信頼・共感を得るとともに、「食・農・地域・JA」にかかる県域一体となった広報活動に取り組みます。

次回は、「熊本県域JAの概要」についてご紹介します。



双子座
5/21～6/21

☆☆☆**☆全体運☆** 勢いのある良好運。頼み事は良い返事をもらえそう。
☆☆☆ただ後半は謙虚さも必要。強く出過ぎず協調性を発揮して

☆☆☆**☆健康運☆** 前半は良好。後半は小まめに休憩を入れて◎
☆☆☆**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** ソラマメ

2022.April(4月)

早期米『キヌヒカリ』栽培について

(1) 育苗期の管理

この時期は気象変動が激しいため、苗立枯病や生理障害によるムレ苗（センコウ苗）が発生することがあります。症状が軽微な場合は、田植をすれば回復することがあるので、田植が可能な場合はすみやかに行ってください。育苗期が長い場合（1ヶ月以上）、苗の色が全体的に黄色くなつた場合は、肥切れの可能性がありますが、その際は、床を落水し、苗箱1枚あたり窒素成分で0.5g（硫酸の場合）は約2.5gを0.5ℓの水に溶かして灌水します。

○ 苗立枯病

苗立枯病の防除は予防が重要です。播種前に種子消毒や育苗箱消毒を確実に実施しておきましょう。播種後に苗立枯病が発生した場合は、下記の表を参考に薬剤防除を行います。

○ 苗もち病

いもち病は、多湿の条件下で比較的低温でも発生する病気です。育苗中に発生した場合は農薬を散布してください。また、発生が軽微な場合は速やかに移植する事で回復することもあります。本田での葉いもち病の発生要因になることもありますので注意してください。

(2) 田植前後の管理

○ 田植え前のポイント

田植前の耕うんは、深さ15cmを目標に行います。根が深く広く張り、夏期の高温対策にも有効です。

○ 田植えの適期及び田植えのポイント

4月中・下旬の暖かい日に田植を行います。深植えすると分けつがしにくくなるので2〜3cm程度になるようにします。

○ 箱粒剤施用による病害虫防除

植付株数は反当り50〜60株（30×18〜22cm）が収量品質面で安定しています。又、株数を減らした疎植栽培も見受けられます。近年は天候不良等が見受けられ影響を受けやすくなるので注意が必要です。（ジャンボタニシの多発地帯では浅水状態でスクミン粒剤を10a当り1〜4kg散布する）

○ 雑草除草剤

除草剤を使用した後は少なくとも3日間以上灌水状態を維持し、その間は水があふれたり落水しないよう、適切な水管理に努めてください。なお、田植前の耕うんや代かきは丁寧に行い、田面を均平に整えておくことが除草剤の効果を高めるポイントです。

苗の活着が悪い圃場や植え痛みが出た圃場は、苗の回復を待ち、使用時期を遅らせてください。また、気温が高くなると雑草の生育が早

まり、使用時期の範囲内でも薬剤が効きにくくなるので注意しましょう。一発処理剤で効果が不十分の場合は、草種に適した中期剤・後期剤との体系処理を行います。

(4) 施肥

基肥が過剰の場合、病害虫の多発や倒伏を助長するほか、食味の低下につながります。品種に合わせた適正な施肥量を遵守しましょう。

(5) 水管理

暖かい日は、出来るだけ浅水で水温をあげ活着を促進します。活着後も、丈夫な分けつ促進を図るため浅水管理を行い、有効茎を確保します。確保できたら早めに中干しします。また、中干し後は間断灌水を行い、出穂期前後20日くらいは灌水状態を保ちましょう。

※詳しくは配布した栽培基準こよみ、早期米は⑤ページを参照してください。

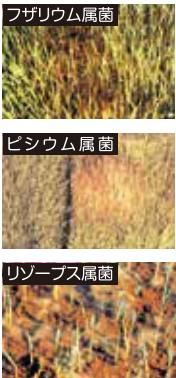
指導員からの一言

今年も早期米の栽培時期となりました。種子消毒、苗立枯病の予防・防除を徹底するよう心掛けてください。

また、農薬の使用については、散布量や使用時期・総使用回数等を必ず確認し、適切な使用を心掛けてください。

苗立枯病の防除薬剤(例)

病原菌	症状	使用農薬	使用時期	使用方法
フザリウム	モミの周りに白ないしピンク色のカビが発生する。低温多湿で発生しやすい。	タチガレエースM液剤	播種時又は芽後	育苗箱1箱当たり希釈液(1000〜2000倍液)500mlを土壤灌注する。
ピシウム	カビは発生しない。根が水浸状に褐変し、萎凋枯死する。坪枯れ状となる。低温で発生しやすい。	ナエファインフロアブル	播種時から緑化期	同上
リゾース	土の上に白いクモの巣状のカビが発生する。低温多湿で発生しやすい。			



蟹座 6/22~7/22

★全体運★ 注目度が上がり忙しくなりそう。人が嫌がる作業を率先して引き受けると株が上がります。スキル磨きもお勧め

★健康運★ 腰痛や肩凝りのケアに力を入れると改善へ
★幸運を呼ぶ食べ物★ サザエ

新任 共済ライフアドバイザー(LA)紹介



さくらい かおる
櫻井 佳織
玉名北総合支所
TEL.72-3333

融資担当からLAに異動になりました。組合員の皆様のお力になれるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。



はやた かよこ
早田 佳代子
天水総合支所
TEL.82-2111

本年より新しくライフアドバイザーとなりました、早田です。皆様方の万が一に備えて、ご納得いただける商品を提案していきます。人・家・車、何でもお気軽にご相談ください。



まつなが けん
松永 健
玉東総合支所
TEL.85-2360

入組して15年目。出身は玉東で妻、子供2人の4人家族です。以前は営農指導を担当しておりましたので、その経験を少しでも生かすことができれば幸いです。1年目ということで行き届かない点もあるかと思いますが、皆様に安心を届けられるよう努めますので、よろしくお願いいたします。



おがわ まさふみ
小川 将史
菊水総合支所
TEL.86-3101

2月から菊水総合支所のLAとなりました。不安もたくさんありますが、皆様のお役に立てる様に頑張りますので、よろしくお願いいたします。



いりえ みちこ
入江 美智子
菊水総合支所
TEL.86-3101

2月から菊水総合支所のLAとなりました。組合員・利用者の皆様に寄り添い、ご意見を大切にしたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。



はらが まなみ
原賀 真奈美
三加和総合支所
TEL.0968-34-3161

組合員の皆様に寄り添い、様々なご提案をさせていただける様に頑張ります。宜しく願い致します。

共済についてご不明な点などがありましたら、
お気軽にご相談ください♪



獅子座
7/23~8/22

☆☆☆**☆全体運☆** 大きく高めの目標が幸運を呼び込みます。難題も無理と決め付けず「なんとかならないか?」と考えてみましょう

☆☆☆**☆健康運☆** むちゃはしないで。交通ルールを順守し慎重に
☆☆☆**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** 新タマネギ

フード・マイルージから日本の「食」を考えよう

「フード・マイルージ」とは？
食料ごとの輸送距離と量の指標

私たちが日々食べているものが、どこから運ばれてきたか意識したことはありませんか？

お店に並ぶ穀物や野菜、肉、魚などは皆、国内外の農業・漁業現場からもたらされますし、工場で作られる加工食品の材料も同様です。遠い国から輸送されている食品もたくさんあります。

食料が最初に生産された場所から、私たちの口が届くまでの輸送距離に量を掛けた、指標となる数字が「フード・マイルージ」です。

輸入食料の場合は、生産地から港までと輸出国から日本までの船便での距離、日本の港から消費地までのトラック輸送距離を足した数に総量を掛けます。地球の反対側から大量に輸入されている場合、大きな数字になるのは必然。また、国産食料でも、はるか離れた場所で生産されたものを運んでくれば、高い数字になるでしょう。

考え方は簡単

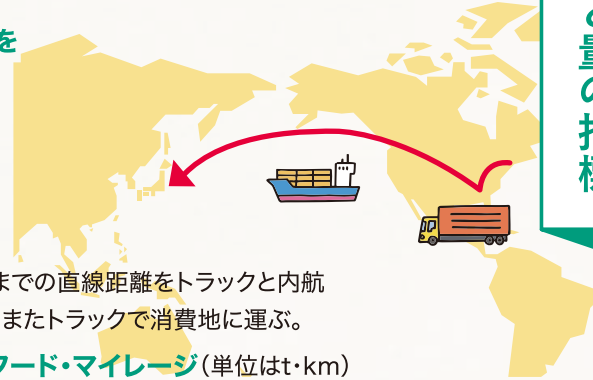
食料の輸送量に輸送距離を掛け合わせた指標。

輸送量 × 距離

【例えば】

米国ワシントンD.C.からニューオリンズ港までの直線距離をトラックと内航船舶半々で運び、船舶で東京に入ってから、またトラックで消費地に運ぶ。

(トラック+船舶輸送距離) × 総量 = フード・マイルージ (単位はt・km)



日本のフード・マイルージを考える
数値の高さから見えてくる問題

フード・マイルージを知ることによって何が分かるのでしょうか。

表を見てください。輸入食料のフード・マイルージは日本が断トツです。どれほど輸入に頼っているかは食料自給率の各国比較からも一目瞭然。100%を超える国は輸出もできている国であり、日本は食べ物の約60%が輸入品です。畜産用の飼料を含む穀物の自給率は、わずか28%まで下がってしまうのです。

輸入が多いということは、それだけ国内の第1次産業が縮小しているということでもあります。耕作放棄地が増え、農山村が荒れると、土地の貯水力が低下したり獣害が増したりもします。

輸入食料には安全性が不安な場合もあります。生産現場で何が行われているか私たちは知ることができませんし、長い時間をかけて運んだり保管したりするために、保存性を高める必要もあります。

そして、最も大きな問題が地球環境に対する負荷です。

長距離輸送には多大なエネルギーを使います。

例えば国産プロソコリーに対して、米国産は輸送に際して約8倍の二酸化炭素を排出している

という報告も。試算では、2008年度の国内での食料輸送に伴う二酸化炭素排出量約900万トンに対して、輸入食料では1億6900万トン(全て船舶輸送と仮定した場合)にも及びます。日本の人口で割ると1人当たり年間約130kg。この二酸化炭素の量を、電力を節約して埋め合わせるには、テレビを見る時間を毎日1時間減らしても11年もかかります。

地球環境を守るための二酸化炭素排出量削減が世界的な課題になっている今、フード・マイルージの数値を減らしていくことが大きな意味を持っているのです。

「フード・マイルージ」という言葉を聞いたことはありませんか。これは、輸送される食料の量と距離を数字で表したものです。食べ物の安全性問題や地球環境への負荷もここから見えてきます。

監修：フード・マイルージ資料室主宰 中田哲也
フード・マイルージ資料室 <https://food-mileage.jp/>



☆健康運☆ 弱い部分をいたわりつつペース配分を考えて
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ ノビル

☆全体運☆ 一難去ってまた一難、状況が目まぐるしく変わりそう。臨機応変に。考え過ぎず素早く動いてベター

乙女座 8/23~9/22

私たちにできることはあるの？ キーワードは「地産地消」

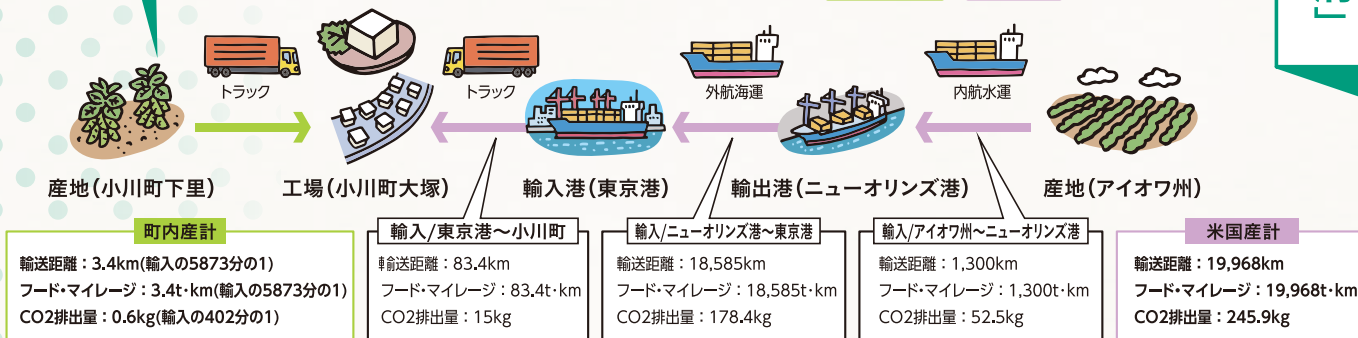
フード・マイルージを減らすために、一番簡単な方法は「近くで作られたものを食べること」に尽きます。つまり地産地消。近隣の農漁業者が生産した旬の品を買えばフード・マイルージはゼロに近い上、顔が見える品として信頼性も高いでしょう。近年では学校給食などでも地産地消に取り組み自治体が増えてきました。加工食品ではどうでしょうか。国内製造の品でも、原料が入品ならフード・マイルージは大きく異なります。大豆1トンで豆腐5000丁を作った場合、米国産大豆に対して地元産大豆ではフード・マイルージは約6000分の1、二酸化炭素排出量は約400分の1です！

フード・マイルージは
約6000分の1

CO2排出量は
約400分の1に縮減

トーフ・マイルージ

埼玉県小川町で豆腐5千丁(原料大豆1トン)を作った場合の
フード・マイルージの地元産大豆と輸入大豆との比較



まとめ

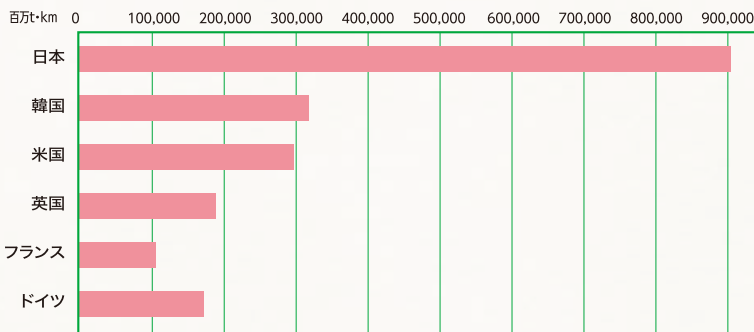
その食品はどこから来たのか
意識することが環境を守る

フード・マイルージには、輸送手段の違いは考えられていません。多くはトラックで輸送されている国産品は、海外から船舶で入るものより多くの二酸化炭素を排出している場合もあります。旬を先取りするハウス栽培、消費地での廃棄なども環境負荷の増大につながります。

一方、私たち日本人が「近くの旬のもの」だけでは満足できなくなっているのもまた事実。遠い産地から直送の野菜や魚も、海外産の安価な食材も食卓をにぎわせます。普段の買い物ではぜひ、フード・マイルージを意識してみてください。フード・マイルージとは、地球環境と日本の農を共に守るための重要なキーワードの一つなのです。

世界各国のフード・マイルージ

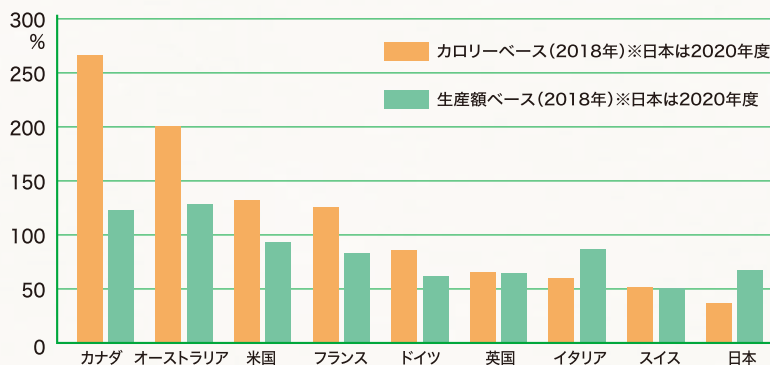
各国の輸入食料のフード・マイルージを比較すると、日本は格段に多い。



2001年(農林水産省資料より)

世界から見た日本の食料自給率

欧米先進国と比べて日本の食料自給率がいかに低いかが分かる。



農林水産省ホームページ「食料需給表」、FAO「Food Balance Sheet」などを基に農林水産省で試算(アルコール類は含まない)。



天秤座
9/23~10/23

☆全体運☆ スタートダッシュで勝負をかけるのが成功の鍵。
一気に押しこぼれたものは諦めて。優先順位が肝心です

☆健康運☆ 良い記録を出せそう。試合などにも参加を
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ クレソン

シェフ永井のおすすめ

🍷 材料(2人分)

タケノコ(あく抜きしておく) 小1本
 ソラマメ 6粒
 サラダ油 適宜
 レモン 1切れ

揚げ衣A

薄力粉 50g パルメザンチーズ 大さじ1
 炭酸水 80ml 塩 少々

🍴 作り方

- (1) タケノコは皮付きのまま半分に切り、中を取り出しさらに2等分にする。ソラマメはさやから取り出し皮をむく。
- (2) Aの材料を混ぜ合わせ揚げ衣を作り、(1)のタケノコとソラマメをくぐらせ、170度のサラダ油で裏表を返しながらかき揚げする。
- (3) 器にタケノコの皮を置き、揚げたタケノコとソラマメを盛り付けレモンを添える。

🍷 タケノコとソラマメのチーズフリット



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

“こりゃあ、うまい!”



recipe

鮭と野菜のポン酢蒸し



提供・・・JA熊本経済連生活総合課

材料 (2人分)

鮭切身(うす塩味) 2切 長ネギ(斜め切り) ... 1本
 白菜(ざく切り) ... 1/4玉程度 しめじ(ほぐす) ... 100g
 人参(半月切り) 1/4本

エコーブマーク 味付けポン酢 大さじ3
 小ねぎ 適量
 七味唐辛子 少々

作り方

- ① 鮭は骨を取って一口大に切る。
- ② フライパンに野菜類を敷き詰め、①の鮭を上のにのせる。
- ③ ②にポン酢を回しかけて蓋をして、弱火で約10分蒸し焼きにする。
- ④ 器に盛りつけ、小ねぎをちらす。お好みで七味唐辛子を振りかける。

エコーブマーク品のご購入はお近くの供給センターまで。



蠍座

10/24~11/22

☆全体運☆ 頭の中で考えているだけだと抜け落ちが出そう。簡単なことでもメモを活用して。予定を立てるとスムーズに

☆健康運☆ ゆっくり回復へ。慌てず養生して◎
 ☆幸運を呼ぶ食べ物☆ 山ウド



野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの
**フルーツ
パラダイス**

イラスト：小林裕美子

メロン

～贈答用の定番「フルーツの王様」～

メロンのプロフィール

【分類】ウリ科キュウリ属

【原産地】アフリカ、インド（諸説あり）

【おいしい時期（旬）】4～9月ごろ

【主な栄養成分】カリウム、β-カロテン（赤肉系）、クワシニン、アデニン、シトルリンなど

解説：KAORU

選び方

色むらがなく全体的に均一な色味

なるべく左右対称

重量感がある

ネット系

NG 大き過ぎ 小過ぎ

赤肉系 表面が滑らかで果皮に傷がない

ネット系 網目が細かく均一でくきり盛り上がっている お尻の部分を押し少し弾力があり、香りが良い

メロンのいろいろ

果肉の色、網目の有無などによってさまざまな品種のメロンがある

赤肉系
夕張メロン
クインシーメロン

青肉系
マスクメロン
(マールスメロン)
マンダスメロン

白肉系
ホームランメロン
など

網目の有無
網目模様は、成長過程で果肉が果皮よりも大きくなるうとして果皮にひびが入り、そのひび割れをふさぎうとしてできたコレク層

メロンのヒストリー

ウリ科(スイカやキュウリの仲間)

歴史
古代エジプトや古代ギリシャでメロンの仲間を栽培

日本 弥生時代
マクワウリを栽培(メロンの仲間)

大正時代
温室メロンの栽培が始まる

保存方法

冷蔵保存 すぐに食べる場合は完熟に近い状態のものを選び、食べる1、2時間前に冷蔵庫で冷やす

冷蔵庫に長時間入れると風味が落ちるよ

カットしたら傷みやさい種とワタの部分を取り除き、ラップで包んで冷蔵庫へ

重ならないようにね

冷凍保存
一口大にカットしてバットなどに並べて保存 保存袋で冷凍しておくときだけ取り出せる!

追熟後は冷蔵庫に入れて早めに食べてね

追熟
数日後に食べる場合は堅めのものを選び、常温(冷暗所)で保存して追熟させる。芳醇(ほうじゅん)な香り、果肉が柔らかくジューシーに。途中で冷蔵庫に入れてしまうと、追熟が進まないのに注意

楽しみ方・食べ方のコツ

おいしい切り方
縦方向にカットして舟形に切り分けると均等に甘さが行き渡る

デザートとして
生のままデザートとして丸くり抜いてケーキのトッピング、フルーツポンチに

料理として
生ハムをのせ、オリーブ油を掛けて前菜に

ピューレ
ソース、ジャム、ゼリーやムース、シャーベットなどお菓子作りに

器
パーティーの盛り付けの演出の半分に切り果肉をくり抜き、皮の部分を器にして

メロンのチカラ

カリウム
フルーツの中でも特に多い。高血圧予防やむくみの解消に効果的。筋肉の収縮運動を助ける働きも

シトルリン
皮部分に多い。血行を促進し、冷え性、肩凝りなどの改善に効果的

β-カロテン
赤肉系に多く含有。体内でビタミンAに変換され、美肌、美髪、視力維持、喉や肺など呼吸器系統の健康維持に

アデニン
ワタ部分に多い。血行不良による不調の改善に効果的

クワシニン
タンパク質分解酵素(プロテアーゼ)の肉や魚の消化を促進

JAたまな中央集荷センター 従業員大募集

簡単な作業です。未経験者でも可。

やる気のある方、大歓迎!!

募集人員 男・女 多数募集

職種 トマト・ミニトマト・イチゴ選果、パック詰め等 ※未経験者でも可

受付 中央集荷センター
受付は平日午後5時まで随時
(土・日・祝日は12時まで)

面接会場 JAたまな中央集荷センター
会議室

コツコツ出来る
仕事です。



お申し込みお問い合わせ

JAたまな
中央集荷センター

TEL.0968-75-2100

〒865-0046 玉名市北牟田11-1

手と足で同時にグーパー

STEP1 基本の動き



1 手と足の指を同時に開いて(パー)3秒間キープ。両手両足の指を大きく開き、関節をしっかりと伸ばします。



2 手と足の指をぐっと閉じて(グー)3秒間キープ。このとき、足指の関節の付け根部分からしっかり曲げます。**1**と**2**をゆっくり呼吸しながら10~20回繰り返します。

STEP2 浴槽と布団の中でのポイント

浴槽では

腕はお湯から出しても、お湯の中で行ってもどちらでもやりやすい形で行いましょう。副交感神経の動きがアップして、スムーズな入眠を促します。

布団の中では

朝、起き上がる前に布団の中で行うグーパー体操は、気持ち良い目覚めを促します。あお向けの姿勢で、両手は頭の上に、足は膝を伸ばして行います。



手軽に健康 手指体操

健康生活研究所長 ● 堤喜久雄

グーパー体操で眠りと目覚めを快適に

季節の変わり目は、体調を崩しやすいので、質の良い睡眠をしっかりと取って体調の安定を図りたいものです。今回は、「眠り」にフォーカスしたグーパー体操をご紹介します。グーパー体操はいくらでも応用が利く上、さまざまな健康効果が期待できる万能の体操です。手に加え、足も使うこ

とで全身の血行を促します。夜はお風呂で、朝は布団の中で、1日2回行うのがお勧めです。基本的な動きは同じで、それぞれのこつを解説します。シンプルな動きで誰でも簡単にできますので、ぜひ毎日の習慣に取り入れてみましょう。



山羊座
12/22~1/19

☆全体運☆ やることが山積みで目の回るような忙しさに。まずは自分のことより家族を優先。うれしいお返しがありそうです

☆健康運☆ 頑張りが利くとき。筋トレもお勧めです
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ アンタパ

農業男子とWeb婚活イベント

JAたまな青壮年部は2月6日、有明広域行政事務組合と共同で「婚活 農男&プリンセス」を開きました。農業男子と地区内外の女性とのマッチングイベントで、未来の農業の担い手の創出と女性の荒尾・玉名地区への移住・定住を目指しています。

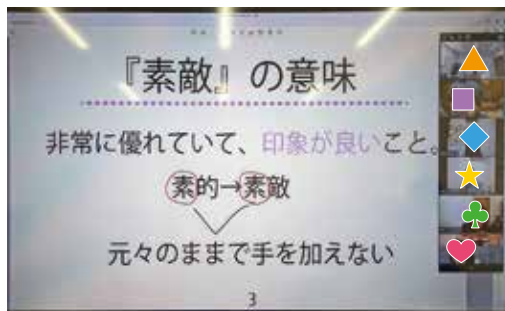
令和3年度の第2弾となる今回のイベントは男女7名が参加。ウェブ会議システム「Zoom」を使い開催しました。

青壮年部の下川満部長が「今まであまり接点のなかった農業男子との関係を深め、たくさんの魅力を発見していただきたい」と挨拶。男性参加者が内面磨きセミナーを受講後、玉名産農産物クイズや1対1でのトークタイムなどを通じて親睦を深めました。

今回はカップル成立までには至りませんでした。今後も定期的に開催していく予定です。



内面磨きなどを講義する田村先生



無料です。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。

床下無料調査実施中

シロアリ防除はJAへ

3つ以上あれば
要注意です!

今すぐチェック!

- 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。



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



水瓶座
1/20~2/18

☆全体運☆ 波に乗っていきそうですが、運勢は後半から下降。気を引き締めていきましょう。丁寧な連絡と準備で乗り切って

☆健康運☆ おいしいものを食べてゆっくりする時間も大切に
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ タケノコ

8658555
 JAたまな
 総務課広報係
 玉名市六田七番一

答え住所氏名年齢
 電話番号
 今回のクイズにかかった記事
 と、身近な出来事 話題を
 書きたいわい

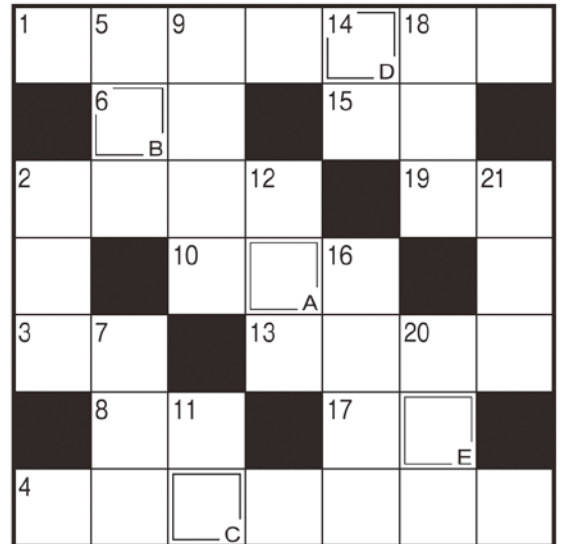
クイズを解いて
 ご応募ください!!

正解者の中から「JAたまな取扱いの
 おすすめ商品」を差し上げます。商品
 内容と当選者人数は毎月変わり本誌
 にて発表致します。

応募締切: 4月30日必着

クイズ? 頭の体操

二重マスの文字をA→Eの順に並べて
 出来る言葉は何でしょうか?



ヨコのカギ

- 1 新1年生を迎える行事です
- 2 『ローマの休日』や『プリティ・ウーマン』は——映画の名作です
- 3 名古屋市の南側に位置する——半島
- 4 『銀河鉄道の夜』や『注文の多い料理店』の作者
- 6 大がし、中がMなら、小は
- 8 黒い石と白い石で戦います
- 10 日本庭園に敷かれていることも
- 13 4月29日は——の日。国民の祝日です
- 15 稲や麦の茎を干したもの
- 17 表の反対側
- 19 画家がキャンバスに走らせませ

QRコードを読み取ってご応募いただけます♪

お気軽にご応募ください!!

PRESENT

2月号クイズの答えは「キサラギ」でした。正解者の中から5名の方に『カット出し昆布60g・ほめられ酢300ml』をお届けします。

中満 一信さん 高巢 久美子さん
 西口 朱美さん 井上 次代さん
 吉田 好子さん など

タテのカギ

- 2 ナットやボルトを締めます
- 5 そりが彼の彼たる——だ
- 7 自動車の、地面に触れる部分
- 9 調味料控えめで作りました
- 11 花見のときに広げること
- 12 ——を求めて猫カフェに行った
- 14 カイコの餌になる植物
- 16 結婚が決まり、——の顔合わせを行った
- 18 お酒を飲んでいない状態
- 20 元素記号はU。原子力発電所の燃料にも使われます
- 21 ここ20年ほどで携帯する人が増えました

JAたまなヘルパーステーション

登録ヘルパー(パート)大募集

未経験の方大歓迎

※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

連絡先 JAたまな生活福祉課:担当/瀬上・亀崎
 TEL 0968-72-5517

JA感謝祭

4/15 ▶ 16
9:00~17:00 金 9:00~15:00 土

農機

自動車

小物類

大展示会



低金利
JA
マイカーローン
条件については担当者と
ご相談ください。

ご家族お揃いでお越しください!!



新型コロナウイルス感染拡大防止対策に
努めております。

同時
開催

展示即売会

野菜苗

生活関係品

食料品

場所

JAたまな中央農機センター

JAたまな中央集荷センター前(玉名市北牟田)

主催

- 中央農機センター TEL 76-3366
- たまな自動車センター ... TEL 73-4121
- 南関郷農機自動車センター TEL 53-0049
- 荒尾農機取次所 TEL 68-4597
- 岱明農機取次所 TEL 57-3340
- 横島農機取次所 TEL 84-3579
- 天水農機取次所 TEL 82-3977
- 玉東農機出張所 TEL 85-6262
- 菊水農機取次所 TEL 86-4413

令和 第12回 理事会

令和4年2月25日(金)

議事 第1号議案 当組合における取引のリスク評価書について

報告事項 ①令和3年度みのり監査法人監査IV「資産査定等監査」の日程について

②内部監査の品質に関する内部評価報告書について

◆ 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4年4月21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 熊本市中央区

▼ 事前に予約が必要です。

(申し込みは総務課72-55000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



☆ ニンジンを植えてみましたが「エダ根」になり、芸術的なニンジンになりました (中満 一信さん)

— エダ根のニンジン、写真に撮られましたか? 😊 ぜひ、見てみたいです ✨

☆ 小学三年生の孫が算数の宿題をしているので、ポケ防止になるように一緒にやっています。競争しながら楽しいです!! (高巣久美子さん)

— お孫さんと一緒に勉強、楽しそうですね 😊 私も時々、姪の宿題を見ていますが一緒に解いた方が楽しいですよ ✨

編集後記

コロナ禍が続く旅行にも行けな
いので、最近はキャンプにハマっ
ています 😊 冬のキャンプなんて
寒くて耐えられない! と思って
いたのですが、虫もいないし夜は
星がキレイでいい事ばかりでし
た ✨ 友達がキャンプ道具を一式
持っているの、私はもともと
持っていたツールームテントだ
けを持参(笑) ストーブを購入し
たので快適に過ごせます ♪ (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

販売行為は一切致しません。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

4/18 (月)

玉東会館 TEL.85-6633

※新型コロナウイルス感染予防のため、日程の延期または中止となる場合があります。

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

購買部より お知らせ

ネボン暖房機の故障・修理につき
ましては、JAもしくはネボン株
式会社が承ります。

【メーカー受付先】ネボン株式会社

TEL:096-382-2275 096-389-7800

※電話番号は九設より引き継いでいます

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

(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!!