

# JA たまな

6<sup>2023</sup>  
月  
Vol.361



きらめきフォトコンテスト  
きらめき賞の作品

## ★今月の読みどころ★

- きらめきニュース ..... 2~3p
- きらめきreport ..... 4p
- 県域JA構想 ..... 8p

LINE



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

## 最盛期対策を協議

### ミニトマト中間検討会

JA たまな中央集荷センターミニトマト部会は4月4日、玉名市内で中間検討会を開きました。部会役員や市場関係者、JA 役員らが出席し、出荷最盛期にあたる5月の大型連休の対策を協議しました。

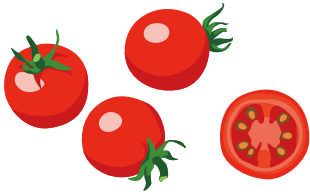
令和4年度産は部会員218名(前年比1名減)が面積109.3ha(同99%)で「玉宝」「千果」「キャロル7」を栽培しています。

三津家弘明部会長は「ミニトマトの出荷も残り3カ月となる。産地として良品質・良食味の出荷に努めていくので、市場にも最後まで販売努力をしてもらいたい」と挨拶しました。

意見交換では、最盛期を迎え、特に数量が増加する5月の大型連休について活発な意見を交わしました。



挨拶をする三津家部会長



## スイカ出荷協議会

### 9747万円を目標に掲げる

JA たまな園芸連絡協議会西瓜専門部は4月20日、菊水畜産研修センターで出荷協議会を開きました。令和5年度産は部会員20名(前年比2名減)が11ha(同81%)で栽培。販売数量2万1660ケース(1ケース2玉)、販売金額9747万円を目標に掲げ、安定した品質の出荷による産地確立を目指しています。

協議会には部会員や市場関係者、JA 役員が出席。原田幸則部長が「生産者は減少したが、こだわりを持つて高品質なスイカを出荷するので、積極的な販売をお願いしたい」と挨拶しました。

市場関係者は「今まで培ってきた玉名のファンに対し、安全で安心なスイカをアピールし、しっかりと販売していきたい」と話しました。

現在までの生育は順調で糖度や玉肥大も良好です。5月中旬にピークを迎え、6月中旬までの出荷を見込んでいます。



挨拶をする原田部長



## 葉色値調査で追肥量を診断

### 高タンパク小麦の生産を目指す

JA たまなは小麦「ミナミノカオリ」の高タンパク化に繋げるため、施肥量指導に取り組んでいます。4月3日から6日にかけて、玉名市内で葉色値調査を行いました。生産者が持ち込んだ「ミナミノカオリ」の葉の長さや葉の色(SPAD値)を調べ、適した追肥量を診断。穂揃い期の適正な施肥量を伝えました。

JA 指導員は「適切な追肥量を与えることで高品質な麦をつくることができる。生産者には収穫時期まで管理を徹底してもらいたい」と話しました。

JA は熊本製粉(株)と協力して「ミナミノカオリ」の中でもタンパク含有量が12.5%以上のものを厳選して製造した独自のブランド小麦粉「Premium T(プレミアムT)」を製造し、販売しています。



葉色値調査をするJA指導員

## トマト中間検討会

### 有利販売に努める

JAたまな中央集荷センタートマト部会は4月14日、玉名市内で中間検討会を開きました。部会役員や市場関係者、JA役職員が出席し、増量期の対策を協議しました。

牧野哲夫部会長は「出荷も中盤となった。資材高騰など、農業経営は厳しい状態だが、今後の増量期に向け、部会や市場、JAが一体となり有利販売に努めていこう」と挨拶しました。

令和4年度産は部会員118名(前年比90.1%)が52.2ha(同93.4%)で「かれん」「麗容」を中心に栽培。販売目標は数量9400t(同93.7%)。現在は1ヶース24玉を中心に出荷しています。

今後、IPM(総合的病害虫管理)の徹底による黄化葉巻病や黄化病の発生を軽減する他、全ほ場で遮光展張による降温対策をするなど黄変果対策にも取り組んでいきます。



挨拶をする牧野部会長

## アスパラ出荷順調

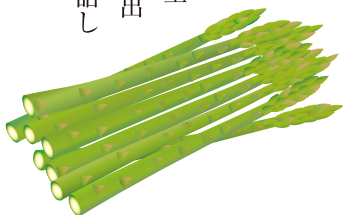
### 立茎期準備進める

JAたまな管内では4月10日、アスパラの出荷が順調に進んでいます。5月から始まる夏芽の出荷に順次備える他、立茎期の管理を徹底していきます。夏芽の出荷は7月にピークを迎え、10月上旬まで続きます。

天水アスパラ部会では生産者16名が2.1haで栽培。販売数量30万束、販売金額300万円を目指しています。

天水域集荷所では生産者が持ち込んだアスパラを選果機で品質を確認しながら選別。計量結束機で重さごとに束ねて発泡スチロール箱に詰めて出荷しています。

指導販売担当者は「現在までの品質は良好。立茎期の管理の徹底と夏芽の出荷に備えてもらいたい」と話しました。



アスパラを選果する従業員

## 農機・自動車展示会 来場者でにぎわう

JAたまなは4月14日から15日の2日間、中央農機センターで農機・自動車展示会を開きました。各メーカーの農機具や自動車、生活用品や苗なども販売。共済ブースではVRによるトラクター乗車時の転倒事故状況を体験しました。

前本勝常務は「農業を取り巻く環境は大変厳しい。生産コストの低減など農家組合員の負担に配慮していけるよう、精一杯努めていこう」と挨拶しました。展示会には組合員や地域住民が来場し、JAやメーカー担当者が農機具の性能や操作方法などを説明しました。

JA農機車輛担当者は「今回も多くの方に来場いただき、目標を達成することができた。今後も新たな農業機械などを紹介する機会を増やしていきたい」と話しました。



農機具の説明を受ける来場者



VR体験をする来場者



牡羊座  
3/21~4/19

★**☆全体運☆** コミュニケーション運が活発化。人との交流にチャンスがあります。新しい習い事を始めるのもお勧め。金運も良好

★**☆健康運☆** 体力アップの好機。ハードなトレーニングもOK  
★**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** オクラ

# きらめきreport

## 4/21 JA共済普及推進大会

JA共済連熊本は熊本市で令和5年度JA共済普及推進大会を開きました。令和4年度の優績JA表彰では、JAたまな玉名北総合支所の山本祐二郎LA(ライフアドバイザー)が自動車共済新契約ポイント部門で1位を、三加和総合支所の廣瀬有紀職員が団体の部クルマスター占有率伸長率第1位で表彰されました。



## 4/15 フォトコンテスト表彰式

第10回JAたまなきらめきフォトコンテストの表彰式を本所で開きました。最高賞となるJAたまな賞を受賞した本田麗美さんには久保英広組合長から表彰状が手渡されました。



JAたまな賞を受賞した本田さん(右)と久保組合長

## 4/20 スイカ出荷査定会

JAたまな園芸連絡協議会西瓜専門部は、前原集荷所でスイカ出荷査定会を開き、部会員と選果基準を確認しました。

原田幸則部長は「今年は天候もよく、高品質なスイカができている。選果基準を守った出荷を行い、有利販売に繋げていこう」と生産者に呼び掛けました。



選果基準を確認する原田部長(左)ら



牡牛座  
4/20~5/20

★**☆全体運☆** スケジュールは詰め込み過ぎず余裕を持って。会話を楽しむゆとりが流れを運んでくれます。外出にツキ

★**☆健康運☆** 慌ててけがなどしないように。安全第一で  
★**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** ミョウガタケ

# 新任 共済ライフアドバイザー(LA)紹介♪



たなか ちづる  
**田中 千鶴**  
 玉東総合支所  
 TEL：85-2360

玉東総合支所で3年ぶりに、またLAを担当することになりました。組合員、利用者の方々に寄り添い、ご意見を伺いながら、少しでも皆様のお役に立てるよう、日々、頑張って活動していきたいと思えます。どうぞよろしくお願ひします。



いむら さなえ  
**井村 早苗**  
 荒尾市総合支所  
 TEL：68-4444

4月よりLAになりました。組合員の方々のお役に立てるLAになれるように、ひとつひとつ勉強していきます。よろしくお願ひします。



もりやま かずま  
**森山 和磨**  
 天水総合支所  
 TEL：82-2111

4月の異動で天水総合支所のLAとなりました。天水供給センターでは、至らない点も多かったと思いますが、いつも温かく接していただき、とても感謝しております。今後はLAとして、これまでの経験を生かして頑張りたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

（ 私たち“ライフアドバイザー(LA)”が  
 皆さまへ安心をお届けします♪ ）



**双子座**  
 5/21～6/21

☆☆☆**☆全体運☆** 好情報をキャッチでき状況は好転へ。好奇心のアンテナを高く掲げておきましょう。習い事にもツキがあります☆☆☆

☆☆☆**☆健康運☆** 運動は仲間と一緒に。楽しみながら長続きできます☆☆☆  
 ☆**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** ソラマメ☆☆☆

# トマト黄化葉巻病対策について

玉名地域緊急病害虫防除対策会議より、  
トマト類を栽培する皆様にお知らせします。

玉名地域トマト黄化葉巻病対策会議では、このトマト黄化葉巻病の撲滅を図るため、今年度は下記のとおり取り決めました。

- ①栽培終了後は、7月17日までにハウスの閉め込み(すき込み)を実施します。
- ②定植は、8月15日以降に行います。

※栽培終了後は、コナジラミ類がハウス外へ飛散しないように、薬剤防除や蒸し込みを行い、コナジラミ類の密度を低減させたのち、後片付けを行うようお願いいたします。

## 【一般の家庭菜園の方へ】

一般の家庭菜園でも、発病した株を放置しておくとなりに伝染していきます。発病株を見つけたら直ちに抜き取り、土中に埋めるか、ビニール袋等に入れ、密閉して処分していただくようご協力をお願いします。

## 【トマト以外の作物について】

他の作物においてもコナジラミ類を減らすために、薬剤防除と除草の徹底に御協力をお願いします。

**お問い合わせ先** 玉名地域緊急病害虫防除対策会議事務局 (Tel 74-2193)  
(玉名地域振興局農業普及・振興課 野菜産地づくり支援班)



# あなたの農業機械 狙われています!

2022年における  
全国の被害状況(※)  
142件

## 3つの盗難防止対策

今すぐできる!!

POINT 01



農地に置いて  
帰らない

POINT 02



エンジンキーを  
必ず抜く

POINT 03



鍵のかかる場所  
に保管

## +αの盗難防止対策



ハンドルロック



チェーン・南京錠等  
でタイヤをロック

できるだけ  
多くの対策を  
講じることが  
有効です!!

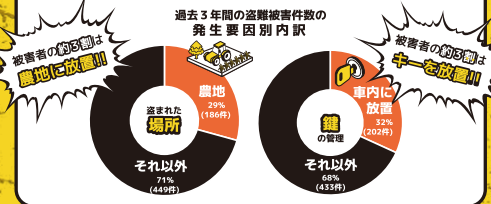
※2022年1月~12月の特殊自動車(その他)の盗難認知件数。特殊自動車(その他)とは、道路交通法施行規則第2条に規定する大型・小型特殊自動車のうち、土木・建設以外の特殊用途に必要な構造装置を備えた自動車をいう。ただし、貨物自動車に分類されるものを除く。例えば、フォークリフト、農耕作業用自動車等がこれにあたる。

## 農機盗難の被害分析

### 発生要因

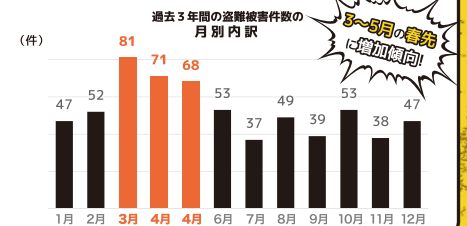
農業機械の盗難被害は…

- ① 機械が“農地に放置”された状態で29%
- ② 機械に“鍵が付いた”状態で32%も盗まれています!!



### 発生時期

農業機械の盗難被害は、3~5月に増加傾向にあるため  
春先は特に注意!



注: キーありとは、エンジンキーがイグニッションスイッチに差し込まれ、又は運転席若しくはその周辺に放置されていたもの。

**STOP! 農業機械の盗難被害!! 営農に不可欠な機械を守りましょう!!** 農林水産省



蟹座  
6/22~7/22

☆全体運☆ 追い風に恵まれます。時間をかけて準備をすれば成功率はさらにアップ。ニュースは小まめにチェックしましょう

☆健康運☆ つい食べ過ぎてしまいがち。食事はバランス良く  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ シソ

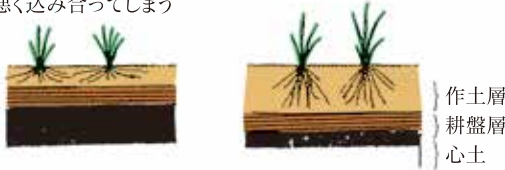
2023.June(6月)

### 土づくりのポイント

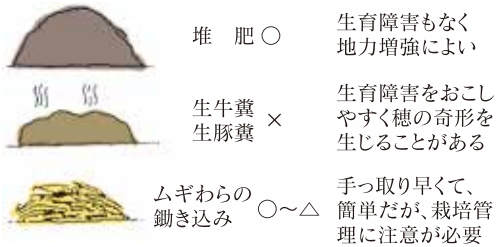
#### 深耕の効果

作土層は作物の根が水分や養分を吸収する活躍の場

- 浅耕 浅耕だと、根の活躍の場が狭くなり、根の張りが悪く込み合ってしまう
- 深耕 深耕して作土層をふやすと、根はぐんぐん伸びる



#### 有機物投入の効果



### 植えつけ時の心掛け

#### 植えつけ本数は適正に

1株の本数を減らして過繁茂を防ぐ

- 3~4本植え 生育前半はさびしい、太い茎、大きな穂の健全なイネになる
- 8~9本植え 分けつが多く草できはよい、細い茎が多く下葉が枯れる、病害虫もつきやすい

\* 適正初数 (1㎡当り32,000粒=1穂80粒×400本)

表1 \* ㎡当り株数×1株当り目標穂数=400本

植込株数	条間×株間	㎡当り株数	1株当り目標穂数
40株/坪	30cm×27.5cm	12.1	33
50株/坪	30cm×22.0cm	15.2	26
60株/坪	30cm×18.3cm	18.2	22
70株/坪	30cm×15.7cm	21.2	19

#### ◎土づくり

\* 作土層を深くして根の伸びを促し、収量を増やしましょう。

\* 有機物の施用で地力を高めましょう。

#### ◎苗づくり

\* 育苗は高温加湿を避けて健康な根を作りましょう。

\* 芽だしまでの水管理は、箱のすれすれ位の浅水管理を行いましょう。

\* 被覆資材(寒冷紗・ラフシート)は、苗が3~4cm程で取り除き、苗を硬化させましょう。

\* 被覆資材は夕方や曇天に剥ぎましょう。

#### ◎施肥・代かき

\* 基肥は水田の地力や前作(小麦等)に合わせて加減しましょう。

\* 施肥後は早めに代かきをし、肥料の損失を防ぎましょう。

\* 代かきは、浅水で丁寧に行いましょう。

#### ◎田植え

\* 中山間地は6月15日以降、平坦地は6月20日以降の田植え。

\* 箱粒剤は必ず50g散布し、薬剤はこぼれない様にしましょう。

\* 植込み本数は1株3~4本位にしましょう。

(表1を参考に目標穂数を目指しましょう)

#### ◎水管理

田植え~活着まで ↓ やや深めの湛水

除草剤散布時 ↓ 深めの湛水で7日間

止水。

分けつ期 ↓ 3日溜めて4日落とす間

断灌水。

中干し期 ↓ 田面がひび割れるまで干す。

#### ◎早期米の中干し

中干しはチツソの吸収を抑え、生育後半に向けて根の活力を上げる効果があります。倒伏の抑制にも有効ですので、田面がひび割れる程度に行いましょう。

#### 指導員からの一言

近年、育苗期間中の焼け苗・ムレ苗の被害が多くなっております。日中は高温で日差しが非常に強くなるため、水管理を徹底し被覆資材は適期に取り除いてください。

また、効果の高い箱処理剤を使用することで病気の予防や、ウンカ等の発生を抑えることが期待できます。1箱あたりの基準使用量をしっかりと守り、健全な育苗に努めましょう。



獅子座  
7/23~8/22

☆全体運☆ 少し融通を利かせると驚くほどスムーズに物事が進展。周囲の話に耳を傾けて。同じ目的なら協力するのが大正解

☆健康運☆ 歯科検診など口腔(こうくう)ケアに力を入れて  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ サクランゴ

# 県域JA構想

## 購買事業

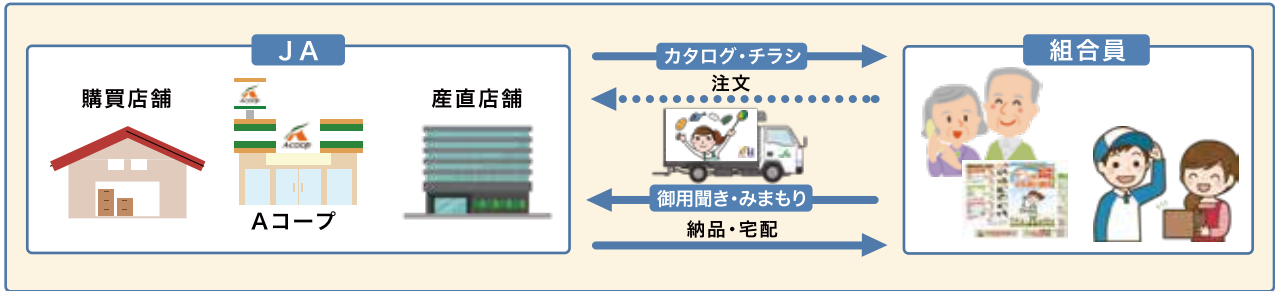


### ①生活購買事業

#### (ア)生活インフラ機能の発揮

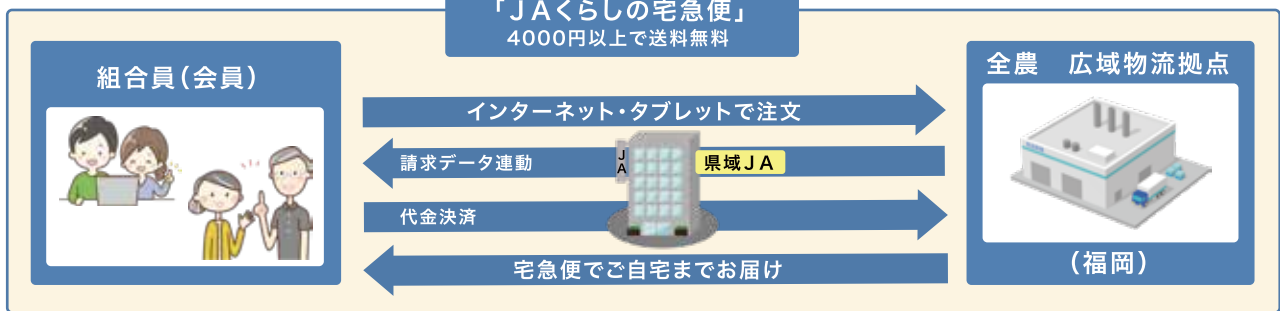
- ①食材宅配のインフラ機能を活用し、生活関連商品の宅配、地域の見守りに取り組みます。
  - ・JA購買店舗、Aコープ店舗、産直店舗の取扱商品(日用品、調味料、野菜等)の宅配
  - ・高齢者・単身世帯への宅配と合わせた声掛け

#### 【食材宅配を活用したインフラ機能(イメージ)】



- ②「JAくらしの宅配便」によるネット通販に取り組みます。
  - ・インターネット注文により、食料品やくらしの商品を必要な時に必要な量を、短いリードタイムで組合員(会員)の自宅まで宅配

#### 【くらしの宅配便(イメージ)】



- ③経営改善、業態転換等によりライフライン店舗の機能維持に努めます。
  - ・Yショップ・全日食等と連携したライフライン店舗の維持
- ④買物困難となる地域に対し、行政や企業と連携した移動購買車の導入等、買物支援により豊かなくらしの維持に努めます。

#### (イ)商品の開発・選定

- ①女性部・フレッシュミズの意見を反映させながら、新規商品の開発に取り組みます。
  - ・全農と連携しJA独自ブランドである「エコープマーク品」の充実
- ②地産地消商品の新規開発に取り組み、地域農業の活性化を図ります。
  - ・県産食材を使用した冷凍米飯愛食運動
  - ・県産および国産果汁を使用したジュース愛飲運動



### ②葬祭事業

#### (ア)葬祭会館施行プラン・利用料金等の見直し

- ①現在の葬祭会館別に設定した施行プランや料金体系を継続しつつ、施行プランや利用料金の見直し、また、サービスの統一を図ります。

#### (イ)人員確保と人材育成強化

- ①人員不足による機会損失解消に向けた、人員確保の仕組みづくりの構築を目指します。
- ②資格取得や各種研修会への積極的な参加により、担当者の資質向上・スキルアップを図ります。

#### (ウ)利用者ニーズに対応したサービスの充実

- ①「家族葬」や「小規模葬」など多様化するニーズに対応し、利用者満足度の向上を目指します。



乙女座  
8/23~9/22

☆全体運☆ なんとなく過ごしているとトラブルに巻き込まれる恐れが。予定はしっかり確認、詐欺対策などの情報もチェック

☆健康運☆ リラックタイムを確保。足のつぼ押しも◎  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ カレシ





# 2023 JAジューシー愛飲運動

## 熊本の水と大地の贈り物 ジューシー

### 2023 NEW!

### 新商品のご案内

機能性表示食品

2023年  
3月  
新発売

ジューシー プラス  
**収穫野菜 PLUS フルーツと青野菜**  
(200ml×24紙入り)



**ここがポイント!** フルーツと野菜が一気に摂れる  
ほうれん草を中心とした青野菜8種類と果実3種類に殺菌乳酸菌飲料をブレンドしたヨーグルト風味の飲料です。本品にはイソマルトデキストリン(食物繊維)が含まれており、おなかの調子を整える機能があることが報告されています。

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを。  
※本品は国の許可を受けたものではありません。  
※本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。

2023年  
3月  
新発売

ジューシープレミアム  
**熊本みかんストレート**  
(1000ml×6紙入り)(200ml×24紙入り)



**熊本県産うんしゅうみかん100%使用**

熊本県産のみかんをまごころを込めてそのままジュースに仕上げました。温州みかんには現在注目されているβ-クリプトキサンチンをはじめ、ビタミンC、カリウム、ポリフェノールなど、私たちの身体に有効な栄養成分が豊富に含まれています。

**ここがポイント!**

2023年  
3月  
新発売

ジューシー  
**日本のりんご**  
(125ml×24紙入り)



**国産のりんご果汁100%使用**

りんごの濃縮果汁に、ストレート果汁をブレンドすることで、しっかりとした果汁感の中に、甘酸っぱくて爽やかな香りが楽しめます。国産りんご果汁を使用した濃厚な味わいを感じられる混濁タイプのりんごジュースです。

**ここがポイント!**

2023年  
3月  
新発売

ジューシーカフェ  
**みかんラテ**  
(200ml×24紙入り)

ほっとひと息  
ちよっぴりリッチ



**らくのうマザーズの牛乳使用**

熊本県産の温州みかんを贅沢(※)に50%使用し、らくのうマザーズの牛乳をブレンドしました。すっきりとした酸味のなかに牛乳のまろやかな甘みを味わえるホッとひと息つきたい時にピッタリのみかんラテです。

※果汁を使用した一般的なフルーツ系オ・レとの比較(当会調べ)

**ここがポイント!**

## 注文書の中から一部の商品をご紹介します♪

<b>メロンクリームソーダ缶</b>  <b>2,510</b> 円(税込)/ケース 250ml×30缶入(C/S)	<b>甘夏スカッシュ缶</b>  <b>2,510</b> 円(税込)/ケース 250ml×30缶入(C/S)	<b>すっきり甘夏30%紙</b>  <b>1,460</b> 円(税込)/ケース 1000ml×6紙入(C/S)	<b>収穫野菜</b> 15種類の野菜と果実100%紙  <b>2,460</b> 円(税込)/ケース 200ml×24紙入(C/S)	<b>収穫野菜PLUS</b> フルーツと青野菜50%紙  <b>2,510</b> 円(税込)/ケース 200ml×24紙入(C/S)	<b>熊本みかんストレート100%紙</b>  <b>2,460</b> 円(税込)/ケース 200ml×24紙入(C/S)
<b>みかんラテ紙</b>  <b>2,250</b> 円(税込)/ケース 200ml×24紙入(C/S)	<b>みかん100%紙</b>  <b>2,380</b> 円(税込)/ケース 125ml×40紙入(C/S)	<b>みかんちゃん50%紙</b>  <b>1,850</b> 円(税込)/ケース 125ml×36紙入(C/S)	<b>ぎゅっと日本の野菜紙</b>  <b>2,700</b> 円(税込)/ケース 125ml×24紙入(C/S)	<b>日本のりんご紙</b>  <b>2,380</b> 円(税込)/ケース 125ml×24紙入(C/S)	<b>スポーツウォーターペットボトル</b>  <b>2,570</b> 円(税込)/ケース 500ml×24本入(C/S)

ジューシーの注文・お問い合わせは各総合支所や供給センターまで



天秤座  
9/23~10/23

☆**全体運**☆ 遊びに行きましょう。季節の恵みを感じられるプランがお勧め。いつもより遠出を。新作や限定メニューにツキ

☆**健康運**☆ 血行を良くする運動でむくみや肩凝りを予防  
☆**幸運を呼ぶ食べ物**☆ 葉ショウガ

# シェフ永井のおすすめ

## 🍷 材料(2人分)

ボイルホタルイカ \_\_\_\_\_ 8杯  
 新ジャガイモ \_\_\_\_\_ 1個  
 ブロccoliのナバナ(他のナバナでも可) \_\_\_\_\_ 6本  
 ニンニク \_\_\_\_\_ 1片  
 オリーブ油 \_\_\_\_\_ 大さじ1  
 塩 \_\_\_\_\_ 適宜

### A

マヨネーズ \_\_\_\_\_ 大さじ2    マスタード \_\_\_\_\_ 小さじ1/2  
 レモン汁 \_\_\_\_\_ 小さじ1

## 🍴 作り方

- (1) ホタルイカは目とくちばしを取り除きサッとゆでてざるにあげ、ナバナもサッと塩ゆでする。新ジャガイモは5mm角の拍子木切りにして水にさらす。Aは混ぜ合わせてソースにする。
- (2) フライパンにオリーブ油を入れ、弱火でつぶしたニンニクの香りを移し(2~3分ほど)、水気を拭いた新ジャガイモを入れ中火で炒め、火が通ったらホタルイカ、ナバナを入れ塩で味付けしサッと炒める。
- (3) 器に彩り良く盛り付け、Aのソースを流し出来上がり。

## 新ジャガイモとホタルイカのサラダ



## 新タマネギと新ジャガイモのかき揚げ

## 🍷 材料(2人分)

新タマネギ \_\_\_\_\_ 中1個    水溶き天ぷら粉 100ml  
 新ジャガイモ \_\_\_\_\_ 2個    サラダ油 \_\_\_\_\_ 適宜  
 ソラマメ \_\_\_\_\_ 8粒    塩 \_\_\_\_\_ 少々  
 薄力粉 \_\_\_\_\_ 適宜

## 🍴 作り方

- (1) 新タマネギは繊維に沿って5mm幅にスライスする。新ジャガイモは極細に千切りし水にさらす。ソラマメはさやから取り出し皮をむく。
- (2) ボウルに新タマネギ、水気を切った新ジャガイモ、ソラマメを入れ、薄力粉をまぶし混ぜ合わせ、水溶き天ぷら粉を入れさっくりと混ぜる。
- (3) 18cmのフライパンに1cmほどのサラダ油を入れ180度に熱し、(2)のかき揚げの材料を入れ2~3分ほど揚げ裏返して、さらに2~3分ほど揚げる。
- (4) (3)を2等分に切り器に盛り付け、塩を振って出来上がり。



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



蠍座

10/24~11/22

☆全体運☆ やり残しがないか確認しましょう。丁寧な連絡でミスを回避。1人で無理せず協力者を探す姿勢も大事です

☆健康運☆ カルシウムをしっかり取って骨の強化を  
 ☆幸運を呼ぶ食べ物☆ メロン



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

## 梅

～疲労回復や食中毒予防に～



**梅のプロフィール**

【分類】バラ科サクラ属  
 【原産地】中国西南部  
 【おいしい時期(旬)】5～6月ころ  
 【主な栄養成分】クエン酸、リンゴ酸、カリウム、ベータカロテンなど

### 選び方

ふっくらとして  
丸い

果皮に張りがあり  
色鮮やか

柔らか過ぎる場合は  
傷んでいるかも……

果皮に傷や斑点がある  
変色している **NG**

### 楽しみ方・食べ方のコツ

アルコールなどに漬けたり、加熱して、必ず加工して食べることに！  
青梅の種には有毒成分が含まれるため生食は食中毒を起こす可能性がある

用途によって利用  
未熟な青梅→梅酒、梅ジュース、硬めの梅干しに  
熟した梅→梅ジャム、甘露煮、軟らかい梅干しに

#### 生食NG



#### あく抜き

青梅は3時間、黄色みを帯びているものは1時間程度水に漬けて、あく抜きする  
完熟しているものは洗い流す程度でOK  
苦味やえぐ味が出るので注意！



### 保存方法

乾燥しないよう新聞紙などで包み、冷暗所か冷蔵庫の野菜室へ

日持ちしないので  
早めに加工してね



#### NG

高温・直射日光  
低温・冷気

数日中に加工できない場合  
冷凍保存

水に漬けてあく抜きをし、へたの部分を  
取り除いて保存袋に入れ冷凍庫へ  
使うときは自然解凍する

箱買った場合  
段ボールのふたを  
開けて換気の傷んでいたら取り除く

# こりゃあ、うまい！



recipe

## ホームケーキミックスで いろいろ風和菓子



提供：JA熊本経済連生活総合課

材料 (小2本分・約10cm/本)

- A** ホームケーキミックス …… 60g  
 新米粉 …… 15g  
 エコープマーク 三温糖 …… 40g  
 水 …… 150ml
- B** 抹茶 …… 小さじ1  
 お湯 …… 小さじ1  
 黒豆のまんま …… 40g(1/2袋)

### 作り方

- A**をボウルに入れ、水を少しずつ加えてよく混ぜる。
- ①**をお玉ですくって耐熱容器に2等分し、片方に**B**を入れてよく混ぜる。  
※抹茶入りがだまになった場合はふるいなどで一度こす。
- それぞれレンジで2分半加熱し、一旦取り出してよく混ぜる。  
※加熱しても生地がゆるい場合は様子を見ながらさらに10秒ずつ加熱する。
- ③**を取り出してそれぞれに黒豆のまんまを半分ずつ混ぜ込み、ラップで楕円形に成形して冷まし固める。
- 食べる直前に切り分け、盛り付ける。

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！



射手座

11/23～12/21

☆**全体運**☆ 運勢には活気があります。あなたが頑張ればなんとかなる頼まれ事は引き受けてあげて。今後の礎になるはず

☆**健康運**☆ 外出の機会を増やして。体を動かすほど元気に  
☆**幸運を呼ぶ食べ物**☆ アナゴ

バランスの良い献立をお届けします!!

JAふれあい食材宅配HP →



# JAふれあい食材宅配のご案内

**入会無料**

“JAふれあい食材”は健康とおいさを追求した食材を会員様のご家庭までお届けします! 便利な商品やご家庭でよく使う食材も豊富なので忙しい方にもピッタリです!!



## 1.入会費・年会費 無料

入会費・年会費はもちろん、“JAふれあい食材”は **配達料も無料**です。夕食準備に便利な食材セットを週に3回、ご自宅までお届けします。お買い物に行くストレスから開放され、食材を選ぶ楽しみが増えます!

## 2.無料のレシピ本付き

毎月の献立はもちろん、食材のおいしい調理方法や27品目アレルギー、カロリーが掲載されています。毎日大変な献立の悩みもこれ1冊で解決です。



レシピを掲載

## 3.毎月選べるコース選択

JAふれあい食材には、特色のある**4つのコース**があります。ポイントは、**宅配日ごとに毎回コースが選べる**ということです。**無料配布される**レシピ本に書いてあるコースと献立を参考に、次月の「コース選択申込書」をご記入頂き、期日までにご提出頂くことで、お選び頂いたコースの食材をお届けします。

## 4.栄養バランスのとれた献立

お届けする食材は栄養士が選んでいます。味はもちろん、栄養バランスまでしっかり気を配って食材を選んでいます。

**基本コース**

- 肉・魚・大豆製品がセット
- 栄養バランス◎
- 素材中心のコース

**お手軽コース**

- おかずが30分以内で作れるお手軽なコース

**わくわくコース**

- お肉中心のコース
- 魚が苦手なご家庭向け

**楽々コース**

- 楽々簡単に調理
- 少人数家族向け

● お申し込みは、最寄りのJAまでお気軽にお問い合わせください。 ●

## JAたまなで働きませんか?

農畜産物の取り扱いはもちろん、金融やガソリンスタンドなど、さまざまな業務を行っています! たくさんある事業の中から、あなたに合った働く場所がきっと見つかるはずです! お気軽にお問い合わせください♪

JAたまなでは一緒に働く仲間を募集しています♪



お問い合わせ先 総務部人事研修課 TEL:0968-72-5502

## 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

連絡先

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



山羊座  
12/22~1/19

☆全体運☆ 良好ですがベースダウンの時期なので予定を詰め込み過ぎないように。ゆとりある行動を心がけると好結果に

☆健康運☆ 古傷、病後のケアはしっかりと。温泉にツキ  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ シロウリ



# 女性部通信

女性部・生活福祉課の活動をお知らせします

## 女性部通常総会

JAたまな地方女性部は4月25日、玉名市内で第30回通常総会を開きました。女性部員やJA役職員ら約50名が出席しました。

岩見利美女性部長は「令和4年度はコロナ禍で活動が制限される中、状況に応じてできることを精一杯行った。今年度は目標を大きく持ち、地域の女性部活動を頑張っていきましょう」と挨拶。令和4年度活動報告や令和5年度活動計画、役員選任など4議案を可決しました。総会では長きにわたり女性部活動の発展に尽力いただいた、春口禮子さんと坂口千恵子さんに感謝状が手渡されました。

総会後には玉名警察署の熊川翔巡查部長が「みんなで防ごう、電話でお金詐欺!!」と題して講演。県内で発生した詐欺事案を基に被害に遭わないよう注意を呼び掛けました。

新たな役員体制は次の通り(敬称略)

- ▽部長 = 岩見利美
- ▽副部長 = 古郷明子、田島たまみ
- ▽監事 = 平島仁美、木戸孝子

挨拶をする  
岩見部長



感謝状を受け取る春口さん



感謝状を受け取る  
坂口さん



新旧役員

情報  
発信元

JAたまな購買部 生活福祉課 TEL.72-5517

※お気軽にお問い合わせ下さい。



きらめき発信!!

# 我ら青壮年部

青壮年部の取り組みを  
紹介します

## 青壮年部通常総会

JAたまな青壮年部は4月25日、玉名市内で第31回通常総会を開きました。部員や行政、JA役職員ら71名が出席。下川満部長は「より一層の経営基盤の強化に努め、地域協力団体との積極的な交流や部員同士の親睦と新規部員の加入促進に力を入れていこう」と挨拶。令和4年度事業報告や役員選任、令和5年度事業計画などの5議案を原案のとおり承認可決しました。

令和5年度は地域のリーダーとしての自覚を持ち、活動を通じて組織力の強化や発展に努めていきます。

また、役員改選では新部長に塘内貴大さんが選ばれました。

新たな役員体制は次の通り(敬称略)

- ▽部長 = 塘内貴大
- ▽副部長 = 木山嘉崇、井尻洋平
- ▽会計 = 西川賢一
- ▽監事 = 前田真也、下川満

挨拶をする  
下川部長



新たな役員



水瓶座  
1/20~2/18

☆全体運☆ ハプニングの予感。忙しくなりそうですが大きな成果が期待できます。ピンチはチャンスなので冷静に対応を

☆健康運☆ うっかりのけがに注意。安全確認は丁寧に  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ トウモロコシ

電話帳  
今月号の中でかかった記事  
と、身近な出来事 話題を  
書いてください

8658555

JAたまな  
総務課広報係

玉名市六田七番一

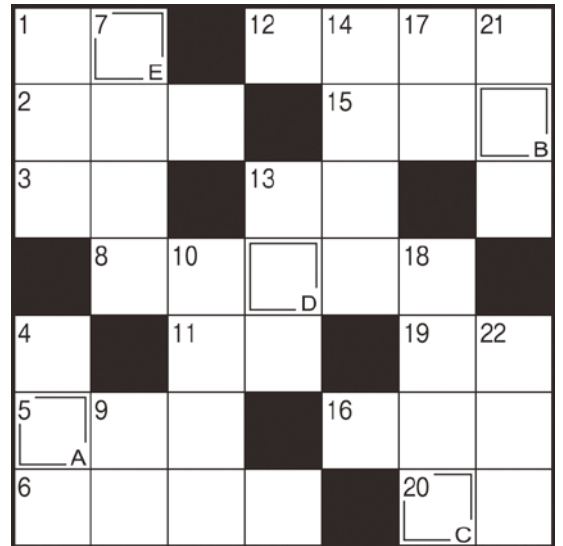
## クイズを解いて ご応募ください!!

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:6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 1年で一番昼が長い日
- ② 徳川家康が晩年を過ごした——城
- ③ 不動産会社が売買するものの1つ
- ⑤ 『落穂拾い』や『晩鐘』を描いた画家
- ⑥ 奈良や鎌倉のものが有名
- ⑧ テッセンとも呼ばれるキンポウゲ科の花
- ⑪ 相撲取りが踏みます
- ⑫ 抑揚のないせりふ回しは
- ⑬ トウモロコシやゴーヤーが多く出回る季節
- ⑮ 弁当箱にご飯と一緒に詰めます
- ⑯ ——コート、——ブーツ
- ⑲ 円周率を表す文字
- ⑳ ネタとシャリで作ります

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**

4月号クイズの答えは「ハルガスミ」でした。正解者の中から5名の方に『ほめられ酢300ml・あっさり漬の素30g×4袋』をお届けします。

中村 尚子さん 上田 洋子さん  
清川 信子さん 山住 ハルヨさん  
村上 登代子さん など

**🔑 タテのカギ**

- ① 招く側がホストなら、招かれる側は
- ④ タマネギを切ると出ること
- ⑦ 建てたばかりの建物のこと
- ⑨ 数字のゼロを日本語でいうと
- ⑩ サープ↓ ↓ トス↑ アタック
- ⑬ 「海鼠」と書く生き物
- ⑭ 置き時計はクロック、腕時計は
- ⑰ 仕事や用事がない空き時間のこと
- ⑱ コシヨウ、ナツメグ、シナモンなど
- ⑲ プールの授業のときに着ます
- ⑳ 領収書に収入——を貼った

## JAたまな中央集荷センター 従業員大募集

コッコッ出来る仕事です。

**募集人員** 男・女 多数募集 **やる気のある方、大歓迎!!**

**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

簡単な作業です。未経験者でも可。

お申し込みお問い合わせ **JAたまな中央集荷センター** 〒865-0046 玉名市北牟田11-1 **TEL.0968-75-2100**

**魚座** 2/19~3/20

☆**全体運**☆ 計画通りに進めようと躍起になるのは逆効果。少しずつ微調整しながら進めましょう。下旬にはうまく整います

☆**健康運**☆ 薬膳など健康にいいメニューを取り入れて

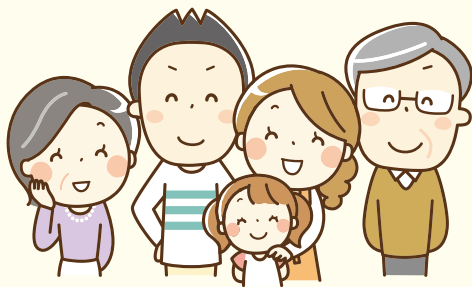
☆**幸運を呼ぶ食べ物**☆ ラッキョウ

# 終活 ✨ 事前相談 ✨ 受付中!

冠婚葬祭定期積金「みらい」

- ご契約者は特典が受けられます
- 施設をご利用される場合は、係員にお申し出ください

「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  
お悩み相談などお気軽にお問合せください



**無料!!** **要予約!!**

JA葬祭では  
感染症対策を実施しています

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

●**法律無料相談**  
▼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7215500まで)  
◎法律相談担当  
崎坂誠司(JAたまな顧問弁護士)

法律についてのご相談は、随時受け付けています。

◆**税務無料相談**  
▼今回の税務相談日  
令和5年6月15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)

税金について何でも、お気軽にご相談ください。

令和5年度 第1回理事会  
令和5年4月28日(金)  
議事 第30回通常総代会開催日程および提出議案について  
第1号議案 令和4年度資産自己査定結果について  
第2号議案 令和4年度決算報告並びに剰余金処分案について  
第3号議案 令和5年度事業計画について  
第4号議案 令和5年度固定資産取得・処分計画について  
第5号議案 諸規程の改正について  
第6号議案 ①宅地等供給事業実施規程の改正について  
②余裕金運用規程の改正について  
③熊本県畜産農業協同組合連合会からの脱退について  
第7号議案 令和5年度余裕金運用基本方針について  
第8号議案 令和5年度内部監査計画書について  
第9号議案 令和4年度内部監査実施報告について  
第10号議案 ①令和4年度内部監査日程について  
②みのり監査法人期末監査日程について  
③令和5年3月末余裕金運用状況について  
④事務ミス等報告制度にかかる取組状況報告について  
⑤令和5年3月末組合員状況報告について

## 編集後記

先月、姪のテニスの試合の応援に行ってきました😊リーグ戦で1試合でも負けたら終わりになる大会で、ドキドキしながら観戦したのですが、ペアの先輩と一緒に粘り強い攻防を続け、ベスト8に入ることができました😊こんなに勝ち上がるとは想像もしていなかったので、皆で喜びました! スポーツは何が起きるか分からないものですね😊(ま)

☆高齢になると運動をいたくなくなるので、毎日、テレビ体操をやっています (上田 洋子さん)  
運動は健康な体を維持するためにもとても大事ですよ😊私も見習って、ストレッチやスポーツなどで体を動かそうと思っています😊  
☆表紙のナスの花のきれいな紫色に感動しました。だからおいしいナスとなるんですね。食卓に出る時は思い出します。(山住 ハルヨさん)

おたよりコーナー



第11回  
(令和5年度)

# きらめきフォトコンテスト作品募集

## 作品テーマ

「地元食材を美味しく食べている様子」  
「家族(子供)と農作業」  
「地域の担い手」・「我が家の跡継ぎ」  
「未来に残したい伝統文化」  
「頑張ってきたじいじ、ばあば」など

## 入賞

JAたまな賞:5万円の旅行券…1点  
きらめき賞:2万円の商品券…5点  
入選:3千円の商品券…10点

締切日:令和6年1月31日まで

## 応募方法

写真タイトル、氏名、住所、年齢、連絡先を記入の上、下記のいずれかの方法でご応募下さい。

◆メールでの応募 photo@jatamana.or.jp

◆郵送か持参での応募

〒865-8555 熊本県玉名市六田7番1

JAたまなフォトコンテスト事務局(又はお近くの各総合支所へ)

◆ホームページからのご応募

専用応募ページから直接応募可能です!

<https://jatamana.or.jp/photo-form/>



## 注意事項

■作品は応募者オリジナルのものに限ります。 ■当コンテストの運営一切は主催者のJAたまなが行います。 ■撮影場所は、JAたまな管内に限ります。 ■当コンテストに応募するにあたり、応募者は事務局の運営方法に従うものとし、その運営方法について一切異議を申し立てないものと致します。 ■応募に係る費用については、応募者ご自身の負担となります。

お問い合わせ先

JAたまな企画営農室企画課

TEL:0968-72-5563 FAX:0968-57-7566



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!!