

# JA たまな

3<sup>2026</sup>月

Vol.394

**た**丹精込めて **ま**まごころ込めて **な**納得のいくとマトを  
生産者一人・一人が最高のトマトを  
消費者にお届けします。

中央集荷センター  
トマト部会青年部の  
皆さんです♪



コメント:最高のトマトを皆さんにお届け出来るように青年部も精力的に活動しています!

## ★今月の読みどころ★

- きらめきニュース ..... 3~4p
- ファーム情報 ..... 6p
- 食品ロス削減 買い物術 ..... 8~9p

LINE



X(旧Twitter)



Instagram



Facebook



ホームページ



耕そう、大地と地域の未来。



きらめき発信 たまな

# 「マネロン・金融犯罪対策への取組強化について」

令和8年2月

最近、様々な金融犯罪が発生し、その手法や手口も巧妙かつ高度になってきています。新聞等での報道を見て心配に感じておられる組合員・利用者の方々も多いのではないかと思います。また、国際的に金融機関が取り組まなければならない課題として、マネー・ローンダリングおよびテロ資金供与対策(以下「マネロン対策」)の重要性が益々高まっています。マネロン・金融犯罪対策に取り組むことは、信用事業を営む当組合の責務でもあります。

当組合では、金融機関としての信頼性を確保するため、そして、お客様の大切な財産を金融犯罪からお守りするために、マネロン・金融犯罪対策の取り組みを重要な経営課題と位置づけて、一層力を入れて取り組むことといたします。

このたび、信用共済部にマネロン・金融犯罪対策リーダーを選任し、職員の先頭に立って組合全体としてのマネロン・金融犯罪対策の定着化・高度化に向けた取り組みを進めてまいります。また私を含め常勤理事もマネロン・金融犯罪対策が組合内で徹底されるよう指揮のうえ、組合員・利用者の方に安心して当組合を利用いただけるよう取り組んでまいります。

代表理事組合長 久保 英広



## 令和最新トレンド! 巧妙な詐欺の見分け方



その

1

JAバンクから  
お客さま情報の  
確認メールが来た!

メールのリンク先でIDやパスワード、  
暗証番号の入力を求められてない?

メールアドレスやリンク先のURLは  
本当にJAバンク?

JAバンクを装った詐欺メールをお客さまへ送信し、リンク先より偽サイトに誘導して、ID・パスワード・暗証番号等を盗み取り、不正に送金を行うフィッシング詐欺が発生しています。JAバンクでは、メールやSNSに記載のリンク先でネットバンクのIDやパスワード、暗証番号の入力を求めることはありません。リンク先のサイトにおいて入力を求められても、絶対に入力しないでください。JAバンクをかたる以下のような案内は、すべて詐欺です。ご注意ください。



- 利用停止のお知らせ
- 緊急停止のご案内
- お客さま情報の確認について
- お取引目的等確認のお願い

警察から

「あなたの口座が  
犯罪に利用されている」と  
電話があった!

その人、  
本当に警察官?  
電話でお金の話を  
されてない?

その

2

警察官や行政職員等を装い、電話やビデオ通話などで「あなたの口座が犯罪利用されている」、「未納料金があり、支払わないと裁判になる」などと不安をあおり、金銭等をだまし取る詐欺が発生しています。相手が警察官や行政職員であっても、身に覚えのないお金の話が出た場合には詐欺を疑い、最寄りの警察に相談してください。以下のような手口が横行していますので、ご注意ください。



- オレオレ詐欺
- 架空料金請求詐欺
- 還付金詐欺

その

3

SNSで仲良くなった人が  
信頼できる投資話を  
教えてくれた!

本当に  
信用できる人?  
必ずもうかる、  
あなただけが  
言われてない?

SNSなどを悪用した投資詐欺や、恋愛感情につけ込むロマンス詐欺が発生しています。SNSの広告やダイレクトメールで著名人や投資家等を名乗り、「絶対にもうかる」「あなただけに特別」といった投資話もちかけられたら、それは詐欺です。また、SNSやマッチングアプリで親しくなった相手から、「二人の将来のために投資を」「結婚するためにお金が必要」などと頼まれた場合も、詐欺を疑ってください。



大切な資産が奪われないように、詐欺に注意しましょう。



JAバンクでは警察と連携し、金融犯罪撲滅に向けて取り組んでいます



# たまたな発きらめきニュース

## 令和8年JAたまたな仕事始め式・コンプライアンス研修会

### 永年勤続職員16名を表彰

JAたまたなは1月6日、令和8年仕事始め式と令和7年度役職員コンプライアンス研修会を玉名市民会館で開き、役員ら約400名が出席しました。

橋本明利会長は「農家所得向上がJAの一番の使命。農家や組合員のため、今までの経験を基に目的意識を持ち、チームJAたままで全力を尽くしていこう」と挨拶。久保英広組合長は「組合員や地域のために真摯に向き合い、協同の理念と高い使命感を持ち、日々の業務に取り組んでいこう」と呼び掛けました。

永年勤続職員表彰では、特別功労



挨拶をする久保組合長



挨拶をする橋本会長

賞（勤続30年）3名、功労賞（勤続20年）13名に表彰状を手渡しました。

また、コンプライアンス研修では、JA熊本中央会経営教育部の瀬井秀樹部長が個人情報保護法やマネーローンダリング対策、ハラスメント防止などについて講演。コンプライアンス優秀標語発表では、職員が応募した452点から優秀3点を発表しました。

### コンプライアンス優秀標語

コミュカが 不正を防ぎ 絆生む

挨拶で 心つながる 職場の輪

日々検証 常につみとる リスクの芽



特別功労者表彰を受ける職員



功労者表彰を受ける職員

### 手作りみそを小・中学校へ

#### 地産地消の普及めざす

JAたまたな女性部は管内51の小・中学校の給食に手作りみそ約200kgを贈りました。地域の農産物を地域で消費する「地産地消」の普及を目的に平成17年度から続けています。

1月27日、贈呈式を玉名市役所で開き、岩見利美部長が教育委員会の福島和義教育長へみそ5kgと目録を手渡しました。

みそは地元産の大豆「フクユタカ」を使い、保存料などを使わず丁寧に仕込み、4カ月ほど寝かせて作りました。岩見部長は「手作りのみそは味も格別。学校給食で味わうことで食の大切さを考えるきっかけにしてほしい」と話しました。



左からJAたまたな中村誠也常務、岩見部長、福島教育長、木村隆宏教育総務課長



牡羊座  
3/21~4/19

★**☆全体運☆** 運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう

★**☆健康運☆** 冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め  
★**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** キュウリ

## 熊本県農業コンクール大会表彰式

### 管内から4部門で受賞

令和7年度熊本県農業コンクールの表彰式が1月29日、ホテル熊本テルサで開かれ、各賞を受賞した個人や法人代表者47名が表彰されました。

農業コンクールは熊本県や農業団体、熊本日日新聞社など12団体の主催で毎年行われ、今年度は『共に創ろう くまもとの農畜産業の未来』をテーマに開かれ、優れた農業経営等をたたえました。JAたまな管内からは4部門の受賞がありました。

各賞の受賞者は次の通りです。(敬称略)

【経営体部門】▽優良賞Ⅱ株式会社高木牧場 高木修治さん、大輔さん(和水町)

【新人王部門】▽秀賞Ⅱ米村美城さん、ほのかさん(株式会社Vejerise)(横島町)

【地域農力部門】▽優良賞ⅡJAたまな地方女性部 岩見利美部長(玉名市)

【地域貢献賞】上土井泉さん(天水町)



米村美城さん(右)



株式会社高木牧場  
高木修治さん(右)、大輔さん



上土井泉さん



JAたまな地方女性部  
岩見部長(左)、平島仁美副部長

## トマト販売目標30億円

### 品質向上へ新スローガン掲げる

JAたまな中央集荷センタートマト部会は1月20日、出荷協議会を玉名市で開きました。令和7年産は107名が約47haで「かれん」「れおん」を栽培。出荷数量8250t、販売金額30億円を目標に、新たなスローガン「品質向上による『日本一求められる産地』を目指します」を掲げ、将来につながる持続可能な産地づくりを進めます。

吉田純部会長は「消費地の信頼を得るため、厳しい選果基準を設定し、高品質なトマトを出荷している。市場には適正価格での販売を求め、関係機関が一体となり思いを一つに目標達成に向けてまい進しよう」と挨拶しました。市場関係者は「玉名産トマトは着色や品質などが安定し、量販店からの評価は高い。選ばれ続ける産地を目指し、売り場を作り有利販売に努めたい」と話しました。



挨拶をする吉田部会長

## キウイの安定生産へ

### 剪定講習会で学ぶ

JAたまなキウイ部会は12月24日、キウイフルーツの安定生産と品質向上を目的に3地区合同による剪定講習会を天水町の園地で開きました。部会員や県、JA指導員ら約25名が参加しました。玉東キウイ部会の久世良一部会長は「講習会で学んだことをそれぞれの園地で活かし、安定生産に繋げてほしい」と挨拶しました。

講習会では職員が販売状況などを説明。JA営農サポーターの作田昭紀さんが剪定方法を説明しながら、実際の樹を使って枝の残し方や切り戻しのポイントを実演しました。

作田さんは「剪定は果実の大きさや品質を左右する重要な作業。樹の状態を確認しながら実践してほしい」と話しました。



剪定方法を説明する作田さん(右)と部会員



牡牛座  
4/20~5/20

☆☆☆全体運☆☆☆ 周りの好意に甘えてしまつて◎。持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉

☆☆☆健康運☆☆☆ 有酸素運動を増やして。体調に好影響あり  
☆☆☆幸運を呼ぶ食べ物☆☆☆ ニラ

# きらめきreport

1/26

## 県知事より 表彰状を授与

熊本県が主催する「令和7年度 熊本県農林水産業功労者表彰式」がホテル熊本テルサで開かれ、JAたまなの石口秀明理事が熊本県農業の振興と発展に貢献されたとして、木村敬知事から表彰されました。



1/13

## フリーペーパー「hug」取材

JAたまな中央集荷センタートマト部会の吉田純部会長のハウスで、JAグループ熊本が発行する「食」と「農」の魅力伝えるフリーペーパー「hug(ハグ)」の取材を行いました。

吉田部会長はトマト栽培への思いなどを語り「生産者が丹精込めて作ったトマトのおいしさが伝わり、たくさんの人が食べてくれば嬉しい」と話しました。

「hug」ではトマトを使った料理も紹介。2月下旬に発行予定で、県内の農畜産物直売所や支所などに設置される他、JAグループ熊本のホームページでも閲覧できます。

トマトについて説明する  
吉田部会長



## JAたまな中央集荷センター 従業員大募集

コツコツ  
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

## 献血実施のお知らせ



移動採血車の受け入れを  
右記のとおり行います。

【献 血 日】 令和8年2月27日(金)

【受付場所】 JAたまな本所

【受付時間】 9:30~12:00

※400mlのみの受付となります。

☆血液が不足していますので、みなさんのご協力をお願いします。



献血カード(手帳)を  
お持ちの方は  
当日必ず  
ご持参ください。



双子座  
5/21~6/21

☆全体運☆ 駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替え  
が大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで

☆健康運☆ ウォーキングなど骨を丈夫にする運動にツキ  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ グリーンピース

2026.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〕(実肥・穂肥)

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、地力に応じて基肥を減らす。

#### 分けつ期の施用(分けつ肥)

●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。(2月中旬まで)

#### 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蔓延しやすいため、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

#### 〔農薬防除〕

#### 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：子実の肥大に伴い葯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

葯殻抽出始め



### ■使用農薬一覧

薬剤名	対象病害名	希釈倍数	反当り使用量	使用回数	収穫前日数
ワークアップ粉剤DL	赤かび病・網斑病・うどんこ病・赤さび病	-	3kg	3回以内	7日前まで
ワークアップフロアブル	赤かび・網斑病・黄斑病・うどんこ病・赤さび病	2,000倍	50cc(水100ℓ)	3回以内	7日前まで
シルバキュアフロアブル	赤かび病・赤さび病・うどんこ病・黒点病	2,000倍	50cc(水100ℓ)	2回以内	7日前まで
トップジンMソル	赤かび病	1,500倍	100cc(水100ℓ)	2回以内	14日前まで
ミラビスフロアブル	赤かび病・赤さび病・うどんこ病・網斑病	1,500～2,000倍	70cc(水100ℓ)	2回以内	小麦7日前まで 大麦14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

赤かび病は穂に発生し、被害の程度によっては収量及び品質に影響します。又、農産物検査規格の改正により赤かび病の被害粒があった場合は規格外に格付けされる場合があります。発生条件としては特に出穂後、気温が高く、降雨が続く(湿度が高い)と感染が広がりやすくなります。対策としては上記の耕種的防除に加え、小麦については開花期から十日前が最も感染しやすい時期である為、天気予報などを確認し、防除の方をお願いします。又、同じ農薬の連用は避け、ローテーションでの農薬散布に努めましょう。



蟹座  
6/22～7/22

☆全体運☆ 朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ

☆健康運☆ 皆で楽しめるスポーツで体力もアップ!  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ ツマミナ

# Webマイページは これからのキホン!!

ペーパーレスで  
**環境保全**  
にも  
役立ちます

**安心**

Web利用で安心!便利!

**便利**



**メールでお知らせ**  
ご契約が成立すると  
メールが届いて  
安心



**振替口座の変更**  
共済掛金の  
引き落とし口座の  
変更も  
Web上で!



**契約内容の確認**  
24時間365日  
いつでもどこでも  
契約内容を  
確認できる

**各種  
手続き**

**各種Web手続き**  
住所の変更や、  
自動車共済の  
継続手続きも  
Web上で!



**各種ご案内の  
Web送付**  
管理がしづらい  
ご案内書類を  
スッキリ整理

**払込  
証明書**

**払込証明書の  
データ発行**  
年末調整・確定申告に  
利用できる  
控除証明データを  
取得できる

お問い合わせは、  
お近くのJAたまな  
各窓口まで

- 荒尾市総合支所 TEL:68-4444
- 玉名南総合支所 TEL:73-3232
- 菊水総合支所 TEL:86-3101
- 長洲総合支所 TEL:78-5555
- 横島総合支所 TEL:84-3155
- 南関総合支所 TEL:53-1617
- 岱明総合支所 TEL:57-1121
- 天水総合支所 TEL:82-2111
- 三加和総合支所 TEL:34-3161
- 玉名北総合支所 TEL:72-3333
- 玉東総合支所 TEL:85-2360

**JA共済**  
<https://www.ja-kyosai.or.jp>



**獅子座**  
7/23~8/22

☆☆☆**☆全体運☆** あれもこれもと思いがちですが時間は限られてい  
☆☆☆ます。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進

☆☆☆**☆健康運☆** 油断大敵。いつもの健康習慣をしっかり継続  
☆☆☆**☆幸運を呼ぶ食べ物☆** パセリ

# 食品ロス削減 買い物術

イラスト：小林裕美子

ついつい食品を買い過ぎてしまったり、気付けば賞味期限が過ぎていたり……。毎日の暮らしには、食品ロスが生まれる落とし穴が多くあります。ちょっとした工夫で、楽しく食品ロスを削減できる買い物術を身に付けましょう。

## 買い物準備編

食品ロス削減は買い物前が勝負！

### 消費期限と賞味期限の違い

**消費期限** 惣菜やパン、弁当など

安全に食べられる期限のこと。消費期限を過ぎたら食べない方がよいので、小まめに消費期限を確認して廃棄を防ぎましょう。

**賞味期限** カップ麺や缶詰など

おいしく食べられる期限のこと。賞味期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。廃棄する前に、色やにおいなどを確認し、まだ食べられるか判断しましょう。

※どちらも未開封の状態を表示通りに保存した場合の期限です。開封後は期限にかかわらず早めに食べ切り食品ロスを防ぎましょう。

### 空腹時は買い物を避けよう

空腹時の買い物では、最大で1.6倍以上出費が増えたという研究結果もあります※。空腹時を避けて買い過ぎを防ぎましょう。

※米田/ニッセイ大学の研究結果より

### まずは冷蔵庫などの中身をチェック！

家の中のどこにどんな食品があるかを把握しましょう。必要な食材が明確になると、買い過ぎなどによる廃棄を減らすことができます。

**POINT**

家族の1週間の予定はどうか。外食などする予定はあるか

**POINT**

買い置きしてあった食品が冷蔵庫や食品棚に眠っていないか



**POINT**

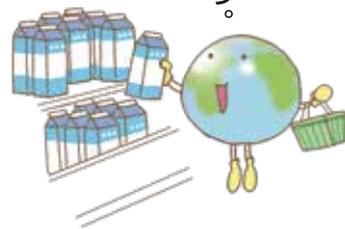
食品の消費期限・賞味期限はいつまでか

**POINT**

今ある食材も活用しながら、1週間で使い切る献立を考えておく

**POINT**

メモ書きの代わりにスマートフォンなどで撮影してもOK



### 食品ロスの半数は私たちの家庭から

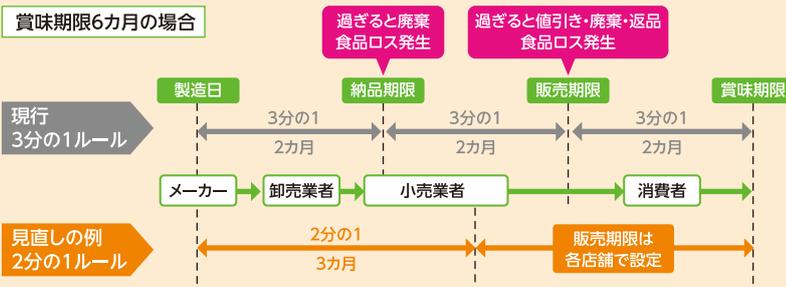
食品ロスとは、本来食べられるのに廃棄されてしまう食品のことです。日本では年間464万tの食品ロスがあり(令和5年度)、うち半数は食べ残しや消費期限または賞味期限切れ、過剰除去などの「家庭での食品ロス」とされています。



一人当たり年間37kgの食品ロスが出ています

### 企業も取り組む食品ロス削減 3分の1ルールの見直し

新鮮な食品を届けるため、メーカーや卸売業者と小売店との間で賞味期間を3等分し、その期間内に納品する「3分の1ルール」という商習慣があります。この期限を過ぎると賞味期限内でも廃棄される恐れがあるため、現在は見直しを進めている企業もあります。



# 買い物編

## 買い物上手になるコツ

買い物メモなどを見ていつ食べるのか考えながら、必要な分だけ食品を購入しましょう。メモにない食品は本当に食べ切れるかを考えてから買うかどうか決めるようにして、食べる予定のないまとめ売り商品や特売品などの衝動買いは控えましょう。

## すぐに食べる商品は「てまえどり」

できるだけ賞味期限が長い物を買おうと、棚の奥から商品を取ってしまうことがありますか？ これは賞味期限が近い商品の売れ残りや廃棄を促すことにつながります。すぐ使う食品であれば、棚の手前の賞味期限が近い物から取りましょう。

## 季節限定の食品は予約購入しよう

うなぎ、クリスマスケーキ、恵方巻などの季節商品は売れ残ってしまうと廃棄されてしまうことも。それを防ぐために、季節商品の完全予約制を取り入れる企業も増えています。家族や友人と食べ切れるサイズの物を予約して購入しましょう。

## 家庭ではどんな食品が捨てられているの？

### 捨てられてしまう食材

- 1位 ご飯・パンなどの主食
- 2位 野菜類
- 3位 おかず(肉や魚などの主菜)

### 捨てられてしまう理由

- 1位 食べ切れなかった
- 2位 傷んでしまった
- 3位 消費・賞味期限切れ

### 監修者より

野菜は水分量が多く腐りやすいため、家庭で食品ロスになりがちです。これを防ぐためには適量を買うこと、適切な場所に保管すること、市販の野菜保存袋を活用することが大切です。農家の人と野菜に敬意を払いましょう。



# 保管編

## 上手に保管しておいしく食べよう

冷蔵庫が満杯だと、冷気が循環せずきちんと冷えない場合があります。食品が傷みやすくなります。冷蔵庫の容量の7割程度を目安に保管しましょう。



**POINT**  
同じ食品が多いときは消費期限や賞味期限が近いものを手前に

**POINT**  
詰め過ぎずスペースを空けておく

**POINT**  
作り置きは中身が見える容器で保管

**POINT**  
冷凍庫は縦収納で探しやすい

※冷凍庫は隙間なく詰めると食品同士が保冷剤のような役割を果たし冷却効率が高まります。

**POINT**  
週に1度は冷蔵庫のお掃除デーを作る

**POINT**  
使いかけはクリップで留め目立つところへ

**POINT**  
食品ごとに定位置を決める



監修：井出留美

農産物を作るために農家は命を費やして働いています。また、さばかれた家畜の肉が捨てられてしまったら彼らは二度死ぬことになります。食べ物は命の結集です。大切に食べましょう。

## 〔食べ切れない場合はフードドライブなどに〕

家庭で食べ切れなくなった食品は、フードドライブを通して支援を必要とする方々に届けるフードバンクや子ども食堂などに寄付するのも食品ロスを削減する方法の一つです。JAでもこれらの活動に取り組んでいます。



天秤座  
9/23~10/23

☆全体運☆ 小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ

☆健康運☆ 発酵食品やたっぷりの野菜が健康的の味方  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ タマネギ

# 農業者年金に加入しませんか？

農業者年金は次の要件を満たす方ならどなたでも加入できます。

国民年金第1号被保険者  
(保険料納付免除者を除く)

年間60日以上  
農業に従事

対象年齢  
20歳～60歳未満

## ⚠ 国民年金の付加年金への加入が必要です ⚠

国民年金の付加年金も加入が義務付けられており、国民年金の定額保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納付すると、将来受給する国民年金に付加年金が上乗せになります。

## 農業者年金の6つのポイント

- POINT 1** 農業者なら広く加入できる
- POINT 2** 積立方式で少子高齢化時代に強い
- POINT 3** 保険料は月額2万から6万7千円まで千円単位で自由に決められる
- POINT 4** 終身年金(80歳前に亡くなられた場合は死亡一時金がある)
- POINT 5** 税制面の優遇措置が大きい。保険料が全額社会保険料控除(前納可能)
- POINT 6** 一定の要件を満たす農業者には保険料の国庫補助(政策支援加入)がある

## 農業者老齢年金を受給するには

### 65歳の誕生日前に裁定請求書が送られてきます

基金から、65歳の誕生日を迎える方に、誕生日の前月中(1月生まれの方は前々月中)に「新農業者年金の請求手続のお知らせ」という案内が送られてきます。このお知らせの中には、「新農業者年金 農業者老齢年金 裁定請求書」が同封されています。裁定請求書に記載されている氏名及び住所等をご確認いただき、この裁定請求書をJAにご提出ください。 ※60歳から64歳までの間で、繰上げ請求することもできます(新制度)



### 保険料は全額社会保険料控除

支払った保険料は全額社会保険料控除の対象となります。さらに、同一生計の家族分の保険料を支払っている場合、家族分も含めて控除の対象となります。

詳しくはお近くのJA窓口までお気軽にお尋ねください♪



蠍座

10/24～11/22

★全体運★ 好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に  
分かりやすく説明しましょう。味方を増やせます。宴会につき

★健康運★ トレーニングの効果が出る時。ハードに鍛えて◎  
★幸運を呼ぶ食べ物★ シイタケ

### 材料 2人分

ブロッコリー…1株(200g) 塩…… 大さじ1+2つまみ  
 ニンニク …… 2片(10g) パスタ…………… 200g  
 唐辛子(お好みで)……少々 しらす…………… 20g  
 オリーブ油 …… 大さじ2 こしょう …… 少々  
 水…………… 2L+300ml

### 作り方

- ①水(2L)に塩(大さじ1)を入れて沸かしておく。ブロッコリーは小房に分けて、軸は外側をむいて細かく切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ②ニンニク、唐辛子、オリーブ油をフライパンに入れて弱火で加熱する。香りが出てきたらブロッコリー、水(300ml)、塩(2つまみ)を入れてふたをし、中火でオイル蒸しにする。10分たったらフライパンの中でブロッコリーをよくつぶし、しらすを混ぜ合わせておく。
- ③パスタを袋に表記された時間通りにゆで、ゆで上がったら②に絡める。仕上げにこしょうとオリーブ油(分量外)をかけて出来上がり。

### ポイント

ブロッコリーをくたくたになるまでゆでるのがポイントです。味見して塩味が足りなければパスタのゆで汁を少し加えましょう。

### アレンジ

- ・しらすの代わりにアンチョビやたらこを使う
- ・レモンを搾ったり、粉チーズをかける

## 家族で楽しむおいしい一皿

レシピ提供：料理研究家／和田麻紀子

ブロッコリーの栄養を  
逃さず食べる春色パスタ

## ブロッコリーのオイル蒸しとしらすのパスタ



# ニリゃあ、うまい!

## recipe 豚肉となすのゆずポン酢炒め

提供：JA熊本経済連生活総合課



### 材料 (2人分)

豚肉(小間切れ) … 150g エコープマーク いりごま… 適量  
 なす(乱切り) …… 2本 小ねぎ(小口切り) …… 適量  
 ごま油 …… 大さじ2

A エコープマーク ゆずポン酢……………大さじ3  
 砂糖 …… 小さじ2  
 しょうが(すりおろす)……………大さじ1

### 作り方

- ①熱したフライパンにごま油をしき、なすを加えて炒める。
- ②なすに焼き色が付いたら豚肉を加えてさらに炒める。
- ③豚肉に火が通ったらAを加えて炒め合わせる。
- ④皿に盛り付け、いりごま、小ねぎをちらす。



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☆ 決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないように配慮を

☆健康運☆ 体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに  
 ☆幸運を呼ぶ食べ物☆ キウイフルーツ

世界遺産

宮島を望む宮浜温泉と名湯道後温泉にご宿泊

安芸の宮島 厳島神社・瀬戸内クルーズ・桜周遊

しまなみ街道 3日間



2~4名様で1部屋 ご注意

水俣駅・新八代駅・熊本駅・新玉名駅発着

海と桜と世界遺産が織りなす絶景!!

厳島神社

世界遺産に登録されている厳島神社と日本三景に数えられる安芸の宮島、島内には約1900本の桜が咲き誇り、桜の名所として知られています。

厳島神社の専門ガイドがご案内

海上自衛隊呉資料館

▽てつづくじら館 イメージ

※4/2、4/4、4/5 出発

▽アレイからすこじま イメージ

世界的にも珍しい、潜水艦を周辺で見ることが出来る公園

※4/6 出発

音戸の瀬戸公園

平清盛が夕日を招き返して1日で切り開いたという伝説のある名勝地。深紅の橋と桜のコントラストに心奪われます。

桜越しに眺める尾道水道はまさに眼福!

日本桜の名所100選

各種の名物を御用意!!

温泉街も満喫

△坊ちゃんからくり時計

道後温泉のシンボル「道後温泉本館」

日本初の公衆浴場、道後温泉のシンボル

2024年7月リニューアル完了!5年半の休業を経て営業再開!

旅のポイント

- せとうち一帯は3月下旬~4月上旬に桜の見頃を迎えます。さくら100選の尾道千光寺公園、松山城に加え、音戸の瀬戸公園や亀老山展望台などしまなみ海道沿いで人気の桜の名所を巡ります。
- 瀬戸内の多島美を、クルーズフェリーとしまなみ海道を利用して海路と陸路、の両方から楽しめます。
- ご宿泊は2泊とも温泉旅館をご用意しました!

旅行出発日(令和8年)

旅行代金:大人お1人様(2~4名様で1部屋ご利用) 熊本駅+新八代駅起点

4月2日(木)・5日(日)・6日(月)

129,800円(税込)

※上記旅行代金に新水俣駅発着はお一人様4,000円(税込)増し、新玉名駅発着はお一人様2,700円(税込)引きとなります。

※この旅行は、2名様以上でお申し込みください。

■申込書/30,000円(旅行代金に充当します。) ■最少催行人員/各出発日25名様 ■締切日/各出発日の20日前 ■添乗員/1日目広島駅から3日目新尾道駅まで同行し旅程管理業務を行います ■食事条件/朝食2回、昼食2回、夕食2回 ■利用運輸会社/JR ■利用バス/甘日市交通

1日目 宮浜温泉 安芸グランドホテル

宮島と厳島神社を望むオーシャンフロントの天然温泉宿

洗練された空間で季節を感じる旬の味をお楽しみ下さい。

お風呂イメージ 客室イメージ

外観イメージ

眺望自慢の客室

お夕食イメージ

2日目 道後温泉 道後プリンスホテル

~あったらいいな~が湧く湯宿

純和風の客室

都市伝説!? 蛇口をひねるとみかんジュース!

無添加温泉街へお出かけイメージ

四国の味覚 良いとご取りの"四国会席"

お夕食イメージ

コース表

JR=貸切バス ○入場観光 ○下車観光(遊覧等は入場しませ) △車窓観光 光景

1	新水俣駅(11:16)・新八代駅(11:30)・熊本駅(11:42) 博多駅 新玉名駅(11:30) つばめ普通車指定席	さくら普通車指定席	広島駅 宮島口 宮島橋
2	ホテルゆっくり8時30分出発	桜と真紅の橋とのコントラストがすばらしい	音戸の瀬戸公園
3	ホテルゆっくり8時30分出発	桜との美しさが際立つしまなみ海道を一望する	亀老山展望台

※桜が開花していない場合や桜が散っている場合でも、そこが桜の名所であることから見学に訪れます。また、桜の開花状況により行程に含まれていない桜名所に案内する場合があります。予めご了承ください。※ご集合場所・出発時間は出発10日前にお届けする最終版のしおりでご案内いたします。※4月6日出発はてつづくじら館が休館の為「アレイからすこじま」に案内します。※往路伊予空港で40分程度お待ちいただく場合がございます。予めご了承下さい。

ご旅行についてのお問い合わせ・お申し込みは

農協観光代理業たまな旅行センター TEL 865-0058 玉名市六田5

熊本県知事登録旅行業者代表業 42号 総合旅行業務取扱主任者 中村小百合 TEL 0968-73-9625

山羊座 12/22~1/19

☆全体運☆ 楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりさらに招運!

☆健康運☆ 手を使う運動を取り入れて。脳が活性化

☆幸運を呼ぶ食べ物☆ クレソン

県下JA・JA熊本経済連主催

# 令和8年度農作業安全講習(大特・けん引:農耕用) 受講生募集のお知らせ

**募集期間** 大特・けん引:令和8(2026年)3月2日(月)~31日(火)まで

**開催場所** 熊本県立農業大学校敷地内

**【申込先】**JAたまな各農機センター・取次所まで

**【講習会開催日程・定員】**

	実施期間(9:00~16:00)	定員(名)
大特1	5月12日(火)~15日(金)	24
大特2	12月15日(火)~18日(金)	24
けん引1	8月25日(火)~28日(金)	24
けん引2	2月16日(火)~19日(金)	24

**【受講対象者】**

下記の①、②、③、④のいずれかの要件を満たす生産者

- ①JAを通じて大特・けん引の免許を必要とする農業機械を購入(過去10年以上)された生産者
- ②今後、JAを通じて大特・けん引の免許を必要とする農業機械の購入を検討されている生産者
- ③県内に居住する専業農家又は年間150日以上農業に従事される生産者で大型特殊車両の農業機械を有する、または利用している生産者(現有免許の住所が県内である事)
- ④県内に居住する農業生産組織又は農業生産法人等の構成員、従業員で大型特殊車両の農業機械を運転・所有または利用している生産者



JAたまな  
ホームページ  
からもご確認  
いただけます



## 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/竹下・荒木  
TEL 0968-72-5517



## 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♪

JAたまな公式  
アンバサダー  
三津家 貴也



**お問い合わせ先** 総務部人事研修課 TEL:0968-72-5502



水瓶座  
1/20~2/18

☆全体運☆ 運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎

☆健康運☆ おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって  
☆幸運を呼ぶ食べ物☆ ウド

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  
 今回の中でよかった記事  
 と、身近な出来事 話題を  
 書きたいわい

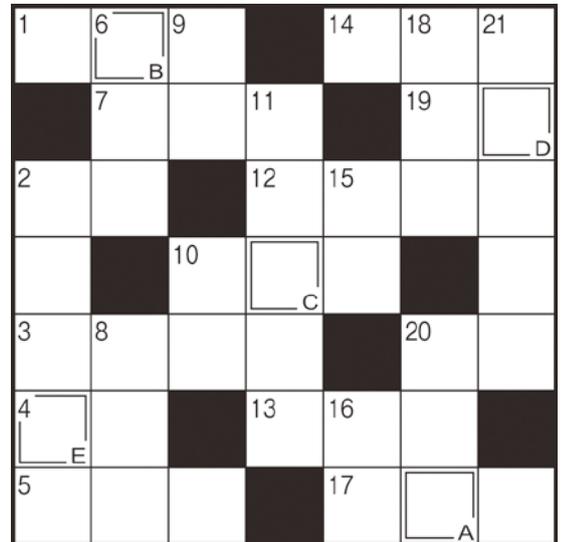
## クイズを解いて ご応募ください!!

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: 3月31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?



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!!

Googleフォームでのご応募となりますので、ご応募の確認メールは届きません。ご了承ください。

### 🔑 ヨコのカギ

- ① お雛様にひな——をお供えた
- ② 力士が土俵にまくもの
- ③ オーストリアの首都
- ④ 眉間に寄せるもの
- ⑤ スケジュール帳に書き込みます
- ⑦ ——は小説よりも奇なり
- ⑩ ——、雷、火事、親父
- ⑫ タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- ⑬ 出身校をこういうことも
- ⑭ パーが紙ならチョコは
- ⑰ ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- ⑲ 鳴門海峡には大きなものが発生
- ⑳ 神社の参拝時に鳴らすこともあります

**PRESENT**

1月号クイズの答えは「サンガニチ」でした。正解者の中から5名の方に『たまねぎ黒酢ドレッシング230ml・手作りつくだ煮100g』をお届けします。

Y・Kさん K・Tさん H・Mさん  
 N・Oさん K・Uさん

**🔑 タテのカギ**

- ② 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
- ⑥ チューナーで選局して聞きます
- ⑧ わんこそばやしやしや麵で知られる県
- ⑨ 精算するために並びます
- ⑩ アルファベットの7番目
- ⑪ 通知表ともいいます
- ⑮ 走ること。ウーニング——
- ⑯ 日本庭園の池に似合う魚
- ⑱ 熱波師が活躍しているところもあり
- ⑳ 糖度計の——を読み取ります
- ㉑ 夫婦——で旅行に行った

## JAたまな 広報誌 表紙写真募集

広報誌「JAたまな」の表紙を飾ってみませんか?  
 皆さんが撮影した自慢の写真をぜひ、お寄せください!

**応募資格** JAたまな管内(荒尾市、玉名郡市)にお住まいの方

**募集作品** 農作業や農産物をおいしく食べている様子や地元の風景、家族写真など  
 ※写真は応募者オリジナルのものに限ります。

**募集期間** 随時募集。ご応募いただいた写真を発刊時期に合わせて掲載します。

**応募方法** 写真のタイトル、氏名、住所、電話番号、メールアドレスを記入のうえ、右記のフォームからご応募ください。

**採用方法** JAたまな本所、総務課で選考します。採用された方のみにご連絡し、粗品をプレゼントいたします。

※応募写真は投稿者本人が撮影してください。

※写真に第三者が写る場合、応募に際しては、必ず第三者本人の承諾を事前に得てください。

※応募写真の著作権はJAに帰属します。

※写真について、表紙の都合上サイズ変更やトリミング等をさせていただきます。

※写真を掲載する際、住所は地区名まで、氏名は名字のみの掲載を予定しております。匿名希望の場合は応募フォームの備考欄にその旨記載をお願いします。

📷 **応募はこちら**

📞 **お問い合わせ** JAたまな総務課広報係 TEL:0968-72-5500 メール:public@jatamana.or.jp

# 終活 ✨ 事前相談 ✨ 受付中!

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葬祭の紹介動画は  
こちらからご覧いただけます♪



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**

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7255500まで)

◎法律相談担当  
崎坂 誠司 (JAたまな顧問弁護士)

**◆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8年3月19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)

令和7年度 **第10回理事会**

令和8年1月29日(木)

議事

第1号議案 経理規程の改正について

報告事項 ①令和7年12月末余裕金運用状況報告について

②「反社会的勢力等との取引排除にかかる対応事務手続」に基づく報告について

**編集後記**

一緒に受験勉強をしていた姪が無事に行きたい高校に合格し、ほっと一安心しました。高校でもソフトテニスが続けるので、これから入学までは、引き続き一緒に勉強をしながら、体力をつけるために運動にも励みたいと思います😊(ま)

**おたよりコーナー**

☆「おうち防災」は絵入り、チェックリスト入りで分かりやすく、大変参考になりました。(K・Tさん)

— 災害はいつ起こるか分からないので、万が一の時のために備えておくことが大切ですよね! —

☆JAバンクお金の教室は素晴らしい取り組みだと思います。今はキャッシュレスでお金の感覚が味わいにくくなっていますし、ゲーム形式で教えて頂けるのはすごく良いと思います。

(K・Gさん)

— お金の教室は、生徒の皆さんと楽しく学んでいます。お金の大切さや使い方を理解してもらえよう、今後も続けていく予定です😊

★ 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



# 生活応援キャンペーン2025 JAマイカーローン

Web審査  
申込限定



Webで  
カンタン  
お申込!

令和8年2月2日(月)～令和8年4月30日(木)

固定金利型

年 2.20~1.70%

変動金利型

年 2.05~1.55%

期間中にローンご契約の方から  
抽選で30名様に

令和7年産  
米2kgプレゼント

※プレゼントの抽選結果につきましては、商品の発送をもって代えさせていただきます。



## JAマイカーローン商品概要

### ご利用いただける方

●申込時の年齢が満18歳以上の方。(最終償還時年齢は満76歳未満) ●当JAの営業地区内に在住または勤務の方で当JAが定める条件を満たす方。 ●継続して安定した収入が見込まれる方。 ●当JAが指定する保証機関の保証が受けられる方。

### お使いみち(※営業用自動車は対象外)

自動車・バイク(中古車を含む)の購入、車検、点検、修理、購入に付帯する諸費用、車庫建設資金、運転免許取得資金、他金融機関や残価設定型カーローンの借換。

### お借入金額

10万円以上、1,000万円以内(所要額の範囲内で1万円単位)ただし、車庫建設資金は100万円以内。借換の場合は、借換の対象となる資金の一括返済金額の範囲内。

### お借入期間

6ヶ月以上15年以内。

### 担保/保証

無担保/熊本県農業信用基金協会、三菱UFJニコス(株)ほか、保証人は原則不要。

### 保証料

別途年0.51%~年0.79%が必要となります。

●表示金利は、令和8年2月2日~令和8年4月30日にお申込みいただき、令和8年5月29日までに借入れいただいた場合の適用金利です。

※金利の引き下げには、一定のお取引条件がございます。詳しくは、JAたまな本支所の店頭までお問合せください。※金利は金融情勢の変化により見直しさせていただくことがあります。※審査の結果、ローン利用のご希望に添えない場合もございますので、ご了承ください。※ご融資の際は当JAへの出資が必要となります。あらかじめご了承ください。※窓口で審査申込をされる方は、年0.2%金利が加算されます。※令和7年8月豪雨災害で被災された方は、さらに年0.6%の金利引下げを行います。

「JAとのお取引はこれから」というお客様もお気軽にお問い合わせください。 JAたまな TEL0968-72-5505

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!!