

菊池の美味しい恵みを  
プロたちが発信！

コミュニティ

IBUKI

りんどうポーク美味しいよー！



新生姜は辛味も少なくみずみずしい！



2023  
Autumn  
Take free  
VOL.17



旬の食材!!  
「りんどうポーク」&「生姜」

まんまキッチン  
ランチメニュー・  
セルフ焼肉のご紹介

光の森プラザ  
JAの建物更生共済なら  
保険料負担を抑えることが  
できるかもしれません

親子で料理レシピ!  
「りんどうポークの生姜焼き」  
「新生姜の簡単シロップ」

JA菊池

コミュニティ IBUKI 発行/菊池地域農業協同組合 発行日/2023年10月27日 〒869-1205 熊本県菊池市旭志川1211 875番地 企画広報課 TEL 0968-23-3502 FAX 0968-23-3515 デザイン/株式会社LTO

JA菊池農畜産物市場 きくちのまんま

毎週水曜日は  
まんまカード  
2ポイント  
DAY



きくちのまんま菊池店・合志店・菊陽店、大津とれたて市場、まんまキッチン 毎週水曜日がお得!

アンケート  
読者プレゼント

アンケートにお答えいただいた方から、抽選でステキな賞品をプレゼント!ハガキにアンケートの答えと必要事項をご記入の上ご応募ください!



まんまキッチン焼肉セット



七城のこめ 5kg

アンケート

- Q1 本誌を取った理由と、場所を教えてください。
- Q2 今号で興味を引いたページは?
- Q3 「食」と「農」、「JA」に関するところで、あなたが今最も知りたいことは何ですか?
- Q4 「えこめ牛」を食べたことがありますか? 食べたことがある方は、感想を教えてください。
- Q5 本誌に対するご意見、ご感想をおきかせください。

郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、ご希望の賞品名と左記アンケートの答えをハガキにご明記の上、ご応募ください。

応募締め切り 2024年1月31日(水)

宛先

〒869-1205 菊池市旭志川1215  
JA菊池「IBUKI」@プレゼントコーナー係  
☒ ja-kikuchi@spice.ocn.ne.jp

耕そう、大地と地域のみらい





新鮮なお肉 お好みのお肉 を

# 買ったその場で食べられる!

まんまキッチンはJA菊池直営焼肉レストランなんです! ※掲載価格はすべて税込です。

## ランチメニュー をご利用の場合

- 1 食べたいランチメニューを先にレジで注文・お支払い
- 2 スタッフが席にご案内
- 3 呼び出し音が鳴ったら受取口で受け取る

## セルフ焼肉 をご利用の場合

- 1 スタッフが席にご案内
- 2 “お肉コーナー”でお好みのお肉や野菜を購入
- 3 ご飯食べ放題・スープ・ドリンクバーもレジで先にお支払い

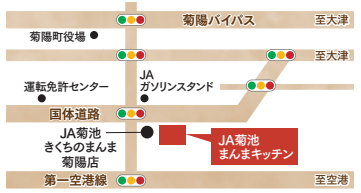
	ランチ	ディナー
焼肉台使用料	200円	200円
ご飯食べ放題	200円	300円
スープ・ドリンクバー	200円	300円

## まんまキッチン LUNCH MENU

※セットには、ライス・サラダ・味噌汁が付きまます。



サイコロステーキ、焼肉定食もあるよ!



**まんまキッチン**  
 菊池郡菊陽町曲手688-1  
 ☎ 096-273-8200  
 📺 アグリショップ(精肉・特産品販売) 9:00~18:00  
 焼肉レストラン ランチ 11:00~15:00 (LO.14:30)  
 ディナー 17:30~21:00 (LO.20:00) 毎週土・日のみ営業  
 休 毎月第3火曜日



JAの 建物更生共済 なら

# 保険料負担を抑えることができるかもしれません!



お手元に建物保障の証書(証券)をご準備し、当てはまるものにチェックを入れてください

- 自然災害の保障に加入していますか?**  
 JAの建物更生共済は自然災害(台風・水災・雷災等)の保障が自動付帯されています。
- 地震の保障に加入していますか?**  
 JAの建物更生共済は地震保障が自動付帯されています。
- 同一敷地内の付属建物・工作物の保障はありますか?**  
 JAの建物更生共済は門・塀・カーポート等を自動保障します。
- 家財の保障に加入していますか?**  
 JAの建物更生共済は落雷や水災等の自然災害だけではなく、現金や通帳の盗難も保障対象です。
- 更新による共済掛金(保険料)の値上がりはありませんか?**  
 JAの建物更生共済は10年間共済掛金が変わりません。築年数に関係なく最長30年の保障を選ぶことができます。※5年満了契約を除く

JAでのお見積り依頼が増えています。是非この機会に一度お見積りしてみませんか?



**JA共済** はどなたでもご利用できます!  
 〒869-1108 菊池郡菊陽町光の森6丁目6-3  
 ☎ 096-285-5525  
 ⑧ 10:00~18:00  
 ⑨ 月曜・祝日(土日が祝日の場合は営業)



※お引き受けには審査がございます。お支払いには所定の要件があります。 ※この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書(契約概要、注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご確認ください。 [23431500170]



# プロがオススメする農畜産物

旬の食材を、生産者(プロ ファーマー)にインタビュー!  
生産のこだわり や、知識まで!!!  
賢く楽しく旬の食材 を楽しみましょう♪

## りんどうポーク&生姜 編

プロファーマー りんどうポーク養豚農家  
管野 民男さん ③

代々続く養豚業を守りたく就農。減少を続ける養豚業を地元で長く存続させるべく奮闘中のイケメン養豚農家三代目。

プロファーマー 生姜農家  
村上 稔さん ②

農業が楽しくてしょうがない! やりがいしかない! 元JA職員から転職。農業ライフを楽しむ就農4年目の若手農家さん。



**家でも仕事でも子育て中?!**  
豚のお世話、人と同じだと管野さんは言います。ご飯をあげて、部屋を掃除して、成長ステージに合わせて病気に

と、子どもながらに思っていたそう。その気持ちを持ち続けていた管野さんは、高校卒業後にJA全農の教育機関である畜産技術中央講習所で養豚について学び、その後両親の営む管野農場と一緒に働き始めたのだ。

**守りたい次男の想い**  
祖父の代から続く養豚農家の次男に生まれた管野さんは、子どものころ、毎日忙しく働く両親に会い、学校が終わったら養豚場に行っていたそう。小さいころから養豚業に親しんでいた管野さんは、「いつか継いでほしい」と言っていた両親の言葉をずっと心に留めており、「両親が働くこの養豚場を守ってきたい」と、子どもながらに思っていたそう。

**成功?失敗?**  
生姜作り1年目、自分では立派な生姜が取れ「失敗するぞ!」と言われていたけど成功だ!」と思った村上さんでした。2年目には、1年目より倍の量の収穫ができ「やったー!」と喜んで

一人農業がスタートしました。

**俺でもやれるかも?**  
高校卒業後、公務員を目指していた村上さん。公務員ではありませんでした。実家が農家だったこともあり、JA菊池に就職しました。農家さんたちと携わりながら仕事をしていたうちに、農業に興味が出てきたといいます。おばあちゃん病気の間、畑を任せられた経験もあり「俺でもやれるかも?」と一念発起し新規就農!! 最初は父さんが作っているゴボウを手伝いながら、別の畑で農業を始めた村上さん。お父さんには「絶対失敗するぞ!」と言われてながら一人農業がスタートしました。



### りんどうポーク 豆知識

りんどうポークは、厳選された品種の掛け合わせ!(大ヨークシャー種×ランドレース種)×デュロック種の三元豚



**おいしい味には理由がある**  
熊本県産である「りんどう」が由来となっている「りんどうポーク」は、決まった品種の掛け合わせで産まれた豚に、天然ミネラルの宝庫「海藻

からならないようワクチン接種などもします。本当に人間の子どもと変わらないお世話が養豚業の毎日の仕事になります。365日お世話があるの、なかなか長期休みが取れないですが、今ではスマート農業で機械化が進んでいるため、「家族と過ごす時間もたっぷり取れますよ」と笑顔で話していました。私たちがスーパーで見かけるお肉も、そうやって毎日手間をかけて育てられているんですね。

粉末)や小麦などの飼料を与え、衛生管理などを徹底して育てられるJAGグループのブランド豚肉です。「りんどうポーク」は、旨味成分のアミノ酸が多く含まれていて、甘みのある肉質が特長です。スーパーで、「りんどうポーク」のシールが貼られたお肉をカゴに入れていく人を見ると、管野さんはうれしい気持ちになるそうです。



### 生姜 豆知識

生姜は皮のすぐ下にいっぱい栄養が! 新生姜は皮ごと食べられるので栄養たっぷり!

**めっちゃ楽しい**  
農業を始めて4年目の村上さん、今が楽しくて仕方がないそう。農業は朝早く、休みがなく

だと言います。手こたえを感じ気合いを入れて管理をする、3年目には更に多く収穫できたそうです。そして気づいたことは「1年目の収穫量は平均より半分も少なかった」ということ。父が「失敗するぞ!」と言っていたことがわかったそうです。生姜作りを通して、農業の面白さや楽しさ、やりがいを実感し農業にハマっている村上さんです。生姜以外の作物にも少しずつ挑戦しています。

て大変そうと思われがちですが、全然違うんです! ストレスフリー! 時間も自由だ!」と村上さんは言います。好きに働いて好きに休んで、頑張った分が対価として自分に返ってくる農業。一人でやっているからこそ、毎年どこまで手を抜けるか、収支と労働のバランスを試しながら毎日を楽しんでいるそうです。決して無理はしない! だけどラクしてるわけじゃない! 村上さんは、そうやって農業ライフを楽しんでいました。



## 旬の野菜を使って楽しくクッキング 親子で料理レシピ!



旬の食材  
栄養たっぷり  
豚肉

### ご飯が止まらない! りんどうポークの生姜焼き

- 【材料】**
- 薄切り豚ロース肉 200g
  - 薄力粉 大さじ1
  - 生姜 1かけ (チューブだと5cmくらい)
  - 醤油 大さじ1
  - みりん 大さじ1

- 【作り方】**
- 生姜をすりおろし、タレを合わせます。
  - 常温に戻した豚肉に薄力粉をまぶします。
  - フライパンに火をつける前に油をひいて、豚肉を並べて点火。
  - 片面を約30秒ずつ焼き、火が通ったらタレをまわし入れて完成。



- 漬け込みしなくてもOKの簡単レシピだよ!
- 隠し味でハチミツを入れたらコクがUP!



炭酸水やミルクで割って飲むと美味しいよ!

辛味がまるやか!  
新生姜

### 子どもにも美味しく♪風邪予防! 新生姜の簡単シロップ

- 【材料】**
- 新生姜 200g
  - 砂糖 200g
  - レモン 1個
  - 水 400ml
- ※お好みでクローブやカルダモンなどのスパイス

- 【作り方】**
- 新生姜をキレイに洗い、1mm幅にスライスします。
  - 鍋に新生姜と砂糖と水を入れ、20分ほど弱火で煮込みます。
  - 最後に、レモン汁を加えたら完成。
  - 煮沸消毒したビンに入れて、冷蔵庫で3ヶ月保存可能。



スパイスは②のタイミングで投入! 入れるとより華やかな香りに!

## 使用した商品はこちら!

お菓子・煮物 照り焼きに おすすめ  
●煮物に 三温糖のコクが活かせる。煮物におすすめ。濃厚で味わい深い煮物が作れます!



●お菓子に 香ばしくて甘さが際立つ仕上がりに。コク深いので、特にきな粉との相性がぴったり!  
●照り焼きに 料理をまろやかにしてくれるので、照り焼きにもおすすめ!

**三温糖 1kg**  
「砂糖の汁を三度煮詰めて作る砂糖」ということで「三温糖」と言われます。グラニュー糖や上白糖を製造するときに煎糖した後の蜜を材料にして、三温糖を作ります。黒砂糖と色が似ているので混同されがちですが、異なります。料理に使うとコクが出て、香ばしい風味になるのが特長です。



- きくちのまんま菊池店  
☎ 0968-26-5877  
📍 菊池市野間口903-1
- きくちのまんま合志店  
☎ 096-348-6556  
📍 合志市栄3766-30

- きくちのまんま菊陽店  
☎ 096-213-5088  
📍 菊池郡菊陽町曲手546-4
- 大津とれたて市場  
☎ 096-293-3294  
📍 菊池郡大津町大津1271-1