

とれたて情報ハートのかけはし

いぶき

2025
vol.431

5

同じようでも少し温かいね
JA菊池

菊池すいか

すいか部会 安武 茂部会長

耕そう、大地と
地域のみらい。



Instagram
Instagram
きくちのまんマルシェ



Youtube
きくちのまんまチャンネル



LINE
きくちのまんま



菊池すいか出番です!!

大玉査定会

見た目、糖度検査
食味を確認して
出荷日を決めます



今が旬の春の“菊池すいか”

シャリツとした口当たりの
やさしい甘さのすいかです



すいか選果場スタッフ



市場担当者からの情勢報告



大玉すいか選果

すいか部会

菊池すいか

昨年は部会で目標に掲げていた販売高10億円を初めて突破し、すいかに対する需要の高まりを実感しています。今年は厳しい天候の中でも、高品質な美味しいうすいかが出荷できています。すいかは夏のイメージですが、熊本県産すいかの旬は春です。シャリツとした口当たりの甘いすいかを食べてください。安心の作物生産に心掛けています。

部会長 安武茂



小玉すいかの収穫作業
息を合わせて慎重に行います

昼夜の寒暖差でより美味しく

西合志・合志の施設園芸地帯を中心に、昭和初期からすいかの生産が盛んに行われていました。冬は冷え込みが強く、夏は猛暑となる盆地型の厳しい気候で育まれる「菊池すいか」は昼夜の寒暖差により美味しくなります。出荷の際は、選果機の光センサーで1玉1玉厳しく選別し、全国に出荷しています。

令和7年度産小玉すいかは2月18日から出荷を始め、大玉すいかは3月21日から出荷が始まりました。4月・5月の需要期に向けて、出荷作業も進んでいます。JA菊池すいか部会では、高まるカット販売の需要に適応するため、糖度が高く安定し、シャリツに優れた大玉は「春のだんらんRV」、小玉は「ひとりじめ7EX」を中心に品種を選定し、品質・食味についても消費地から高い評価を得ています。



大玉すいか
査定会
まずたいて
手の感触で
確認

交配日の印を毛糸で色分けし、
定期的に査定会を開き出荷日を決めています。

もくじ

すいか部会／こんにちは東です	3
豚肉の栄養パワーで健康な毎日を！	4・5
未来に向けた変化成長	6・9
堆肥共励会、酪政連研修会 肉牛青年部 イチゴゴボウ・花卉・アスパラガス	10・11
青壮年部(役員との意見交換会)／菊農通信	12
女性部(インタビュー)／西理事	14
くらしのヒント：終活他	15
漢方のお話 養生園から	16
めぐみの里だより	17
食農教育	18
中央支所リポート 菊池発見！	19
インフォメーション 金融部・生産資材係	20・21
営農通信・鳥獣害対策②	22
水稲通信	23
みんなのページ／クイズ	24・25
新商品ジュースのご案内／旅行センター	26
理事会の報告／相談会日程	27

こんにちは
東です¹⁸

積極的に事業運営に 参画してほしい

「菊池すいか」が旬を迎えています。今年は不安定な天候が続きましたが、生産者の徹底した栽培管理により、良質で美味しいすいかに仕上がっています。面積減少が続く中、青年部を中心とした若手生産者の頑張りと、品質の安定と大玉比率も良く、販売高を伸ばしています。今後とも部会一丸となった取り組みに期待しています。

3月には、青壮年部役員との意見交換会(10ページに掲載)を行いました。さまざまな意見や要望などをいただき、盟友の皆さんの熱い想いに感銘を受けました。いただいた意見を参考に、より良い組織となるよう取り組んでいきたいと考えています。

私は、青壮年部はJA組織の中核だと思っています。次世代を担う青壮年部の皆さんに、もつと積極的に事業運営に参画いただきたいと思います。そして、共に地域になってはならないJAを築いていきたいと思っています。

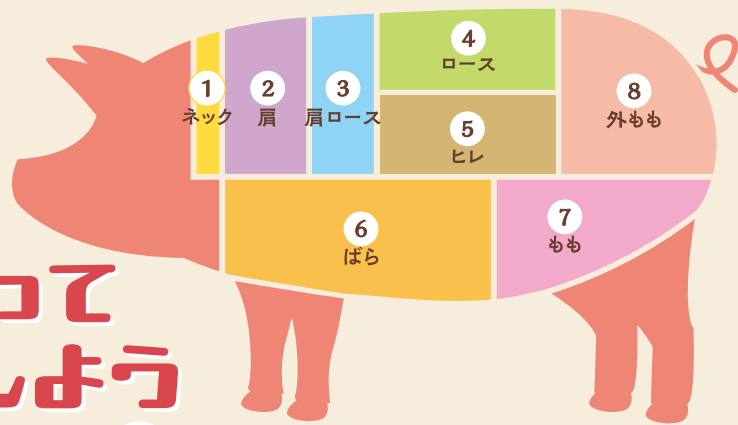
JA菊池代表理事組合長 東哲哉



部位ごとの食感や
味わいの違いを楽しんでね!

◀ 食べ方いろいろ! ▶

肉質の特徴を知って おいしく料理しよう



1 ネック

赤身の中に脂肪が粗い網状に混ざり、きめはやや粗く硬めですが、脂肪分は比較的少なく、こくのある濃厚なうま味のある部位です。

こんな料理にお勧め

カレー／シチュー／しょうが焼き／焼き豚／煮豚／ソテー

2 肩

きめはやや粗く硬めで、肉色は他の部位に比べてやや濃いめです。脂肪が多少あるため、薄切りや角切りにして長時間煮込むと良い味が出ます。

こんな料理にお勧め

シチュー／ポークビーンズ／カレー／炒め物／豚汁

3 肩ロース

赤身の中に脂肪が粗い網状に混ざり、きめはやや粗く硬めですが、こくのある濃厚な味。赤身と脂肪の境にある筋を切ってから調理します。

こんな料理にお勧め

カレー／シチュー／しょうが焼き／焼き豚／煮豚／ソテー

4 ロース

きめが細かく適度に脂肪がのった、ヒレと並ぶ最上の部位。外縁の脂肪にうま味があるので、あまり脂肪を取り過ぎないようにしましょう。

こんな料理にお勧め

ステーキ／ロースト／豚カツ／ソテー／しょうが焼き／すき焼き

5 ヒレ

最もきめが細かく柔らかい最上の部位。脂肪は少なくビタミンB1を多く含み低エネルギーです。加熱し過ぎるとパサつくので注意しましょう。

こんな料理にお勧め

豚カツ／ソテー／串揚げ／ロースト

6 ばら

濃厚な味の部位で赤身と脂肪が交互に3層ほどになっています。骨付きはスペアリブと呼ばれ骨周辺の肉は特に良い味です。

こんな料理にお勧め

シチュー／カレー／角煮／炒め物／ベーコン／豚汁

7 もも

ヒレに次いでビタミンB1が多く、脂肪が少なくきめが細かい部位です。ローストポークやステーキ、焼き豚など肉そのものの味を楽しむ料理にぴったりです。

こんな料理にお勧め

ローストポーク／焼き豚／ソテー／酢豚／ステーキ／しゃぶしゃぶ

8 外もも

尻に近い部位で、牛肉でいう「ランプ」と「外もも」の2つの部位に当たります。ほとんどの料理に向きますが、肉色の濃い部分はきめが粗いため煮込みに利用すると良いでしょう。

こんな料理にお勧め

ソテー／炒め物／煮込み料理

豚肉豆知識

新鮮な豚肉の選び方

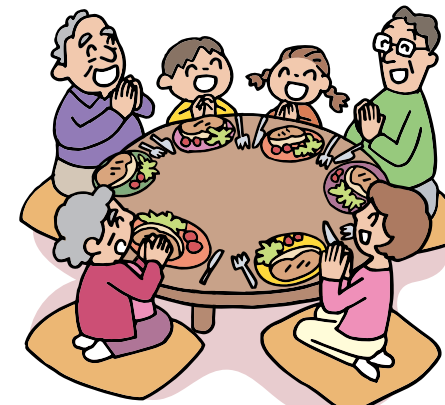
良い豚肉はつやのある淡いピンク色をしています。部位によって色は異なり、運動量の多い部位は、脂肪の少ない赤身肉になります。ロースなど脂身と赤身が層になっている部位は、脂肪の色が白または乳白色で適度に粘りのあるものを選びましょう。脂肪が黄色い場合は質が劣る肉かもしれません。赤身と脂肪の境目がはっきりしているものほど新鮮です。

豚肉を柔らかくする方法

料理の前に、次のような下処理を行うのがお勧めです。

- 包丁の背や棒でたたいて肉の繊維をほぐす。
- 牛乳に漬けて冷蔵庫で1時間程度寝かせる。
- 炭酸飲料に漬けて冷蔵庫で30分程度寝かせる。
- 酒に漬け込み1時間程度寝かせる。
- 塩こしょうに漬け込み30分以上寝かせる。
- ヨーグルトに漬け込み1時間程度寝かせる。

豚肉の栄養パワーで 健康な毎日を!



豚肉は家族の健康を支える強〜い味方。
タンパク質やビタミン類など、
豚肉に含まれる栄養パワーを取り入れて
元氣な毎日を過ごしましょう。

出典:「お肉が食卓にとくまで 豚肉編」全国食肉事業協同組合連合会
イラスト:服部新一郎

豚肉には体に必要な
栄養素がたくさん!

● ビタミンB1

ビタミンB1は、体内で糖質をエネルギーに変え、疲労回復や脳の働きを正常に保つ大きな役割を果たしています。豚肉は牛肉よりも約10倍多いビタミンB1を含んでいます。

● 脂質

生命を維持し、また活動するエネルギーの源として不可欠な栄養素。豚肉の脂質には、コレステロール値を下げる働きがあるオレイン酸や善玉コレステロールを増やす働きのあるステアリン酸がたくさん含まれています。

● 必須アミノ酸

代謝に必要なアミノ酸。肉は必須アミノ酸を豊富に含んでいます。優秀なタンパク質かどうかの指標「アミノ酸スコア」はなんと100。100%が体内のタンパク質合成に使われるのです。

● タンパク質

血液や臓器、筋肉など、体をつくるのに欠かせない、炭水化物・脂質と並ぶ三大栄養素の一つです。体の免疫力にも大きく関係しています。豚肉には良質なタンパク質が豊富に含まれています。

子どもから大人まで
食べてほしい秘密

豚の脂質が 子どもの脳の発達を促します

ヒトの脳は6歳ごろまでに90%が完成し、発達は12歳でピークになるといわれています。情報伝達に大切な神経細胞のシナプスの働きを活性化させるには脂質とビタミンB群が重要です。子どもの学習能力を高める効果も期待できます。脂質とビタミンB群が多く含まれる豚肉は脳の活性化をサポートします。

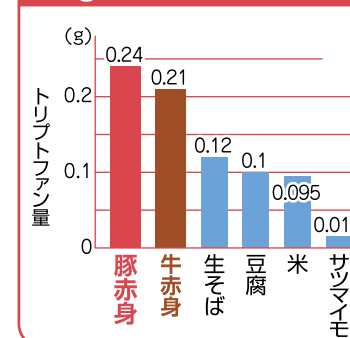
免疫力を高めて シニアの老化を防ぐ

タンパク質はヒトの免疫系を作る細胞全体のもとになっているため、不足すると病気に感染しやすくなるといわれています。中でも豚肉に含まれるカルノシンは老化予防や疲労回復に効果的といわれており、大豆などの植物性タンパク質と比べても量・質共に優れています。

豚肉には「至福物質」 食べるとみんな幸せに

豚肉には必須アミノ酸の一つアラキドン酸が含まれていて、一部が脳内でアナンダミド(アナンダミド)に変化するといわれています。

100g当たりのトリプトファン量



運動能力をアップ ダイエットにも効果あり?!

豚肉の赤身には必須アミノ酸のトリプトファンが多く、精神の安定に関わる脳内のセロトニンを増やします。豚肉に多い必須アミノ酸ロイシンは、運動能力を向上させて基礎代謝を上げるため、太りにくい体質づくりにつながります。



これが別名「至福物質」。幸福感や高揚感をもたらす「幸せだなあ」と感じるができます。

肉牛肥育技術の向上と肉質改善を図ろう

JA菊池肉牛青年部は3月14日、第23回肉牛枝肉共励会を七城町にある畜産流通センターで開きました。黒毛和種26頭、交雑種8頭の34頭が出品され、グランドチャンピオンに最高等級A5・BMS12を獲得した出口正輝さんの枝肉が選ばれました。肉牛肥育技術の向上と肉質改善を図ろうと毎年開いています。情報交換を行い交流を深めます。



東組合長と入賞者と表彰式参加の青年部員

第23回 Gチャンに 出口さん



東組合長よりグランドチャンピオンの
カップを受け取る出口さん

Gチャン牛生産者(株)出口畜産
品種:黒毛和種
性別:去勢 枝肉重量:589.3kg
父:福之姫 母の父:安福久
祖母の父:百合茂



黒毛和種の部
金賞=出口正輝
銀賞=内田秋星
銅賞=中野浩之

交雑種の部
金賞=吉良聡一郎
銀賞=志水貴宏

きくちのまんま有機支援センター旭志が2部門受賞

熊本県耕畜連携推進協議会が主催する「熊本県堆肥共励会表彰式及びスキルアップセミナー」が2月27日、熊本市で開かれました。県内各地の農業者・農業団体関係者・行政関係者など約60人が出席。第28回目となる令和6年度は、畜産農家や堆肥センターから107点の出品があり、成分分析、発芽試験、現物審査(色相、形状、臭気)、製造方法(副資材、堆積日数、切返し回数)などで入賞者が決定されました。県内の堆肥生産のレベルアップを目指し、毎年開かれています。

JA菊池「きくちのまんま有機支援センター旭志」が畜種部門(熊本県畜産協会会長賞)の肉牛部門と作物部門(熊本県農業協同組合中央会会長賞)の2部門で受賞しました。また、耕畜連携部門(熊本県耕畜連携推進協議会会長賞)で妻越耕畜連携組合が受賞しています。



※この堆肥共励会は、堆肥生産者が堆肥を客観的に評価し、肥料成分等を知る上で良い機会となっています。例年6月頃に、出品者を募集。興味を持たれた方は、広域本部(地域振興局)農業普及・振興課にお問い合わせください。堆肥共励会に出品していない耕種農家の方でもセミナーの聴講が可能です。(熊本県耕畜連携推進協議会より)

菊池地域酪農政治連盟全体研修会

菊池地域は西日本トップの生乳生産基地!

菊池地域の酪農家がつくる菊池地域酪農政治連盟が主催する「全体研修会」が3月10日、菊池市で開かれました。農林水産省九州農政局次長渡辺裕一郎氏が「九州・熊本の酪農をめぐる情勢～課題と対策～」と題して講演。酪農家34人の参加がありました。講演内容の一部を紹介します。

■菊池地域は西日本有数の酪農地帯であり、県内生産1位。熊本県における農業産出額ベスト10では生乳が4位。全国の地域別生乳生産量は1位北海道、2位関東・東山、3位が九州で、九州では熊本が断トツ1位。熊本の酪農は西日本トップであり大消費地に生乳等を供給する一大生産基地。熊本県酪連は、生乳の安定供給・需要調整という重要な機能を発揮しています。このような現状を再確認し、酪農・乳用牛生産の健全な発展と乳牛・乳製品、肉牛の安定供給に向けた取り組みや施策の方向を示す「酪農および肉用牛生産の近代化を図るための基本方針」や、生産者に取り組んでほしいことなどの話がありました。

読者の皆様へ

酪農経営は飼料をはじめ資材価格の高騰など、いまだ厳しい状況を強いられており、廃業される酪農家も増えています。そんな中、菊池地域酪農政治連盟としては現状を把握し、国への要望も県酪連と共に進めています。また、熊本県酪農青壮年部協議会・女性部協議会が協力し酪農情勢活動(酪農を理解してもらうための体験イベントなど)も実施しています。菊池地域管内でも牛乳の販売促進活動などを行っています。6月には大津町の酪農家から発信した「父の日に乳をおくろう」キャンペーンも県内・全国に広がり毎年開いています。

牛乳を飲んで酪農家を応援しましょう!

※アイスなどのおいしい乳製品も多くは生乳を原料につくられています。



トルコギキョウ管理の徹底で安定出荷へ



トルコギキョウの現地検討会を2月25日、野中大嗣さんと本山達也さんの圃場で行い生育状況を観察し、これからの栽培の課題と対策について情報交換しました。トルコギキョウ専門委員長の本山さんは「猛暑の時期も乗り越え、品質は良好。気温の急な変化に気を付けながら安定出荷につなげたい」と話しました。これからは気温が上昇し、花咲くスピードが上がる時期となります。換気等のこまめな管理作業を徹底し、病気にならないようしっかり指導していきたいと思います。トルコギキョウ生産者20戸。出荷は6月まで続きます。



生育をしっかり観察する部会員



カスミノウの安定出荷に向け品種検討

カスミノウ品種検討会を3月12日、JA北営農センターで開き生産者19人の参加がありました。種苗会社2社より新品種試験栽培の結果報告を聞き、東和徳さんと

赤星光範さんの試験圃場で現地検討会も行いました。品種の特性や花の大きさを確認し、令和7年産の栽培に向け意見交換しました。野中三裕部会長は「近年気候変動が激しく、栽培リスクが高くなっている。良質なカスミノウの安定出荷を目指し、部会一丸となって頑張りたい」と話しました。昨年は温かさの影響で開花が進み、計画から大きくずれ大変苦慮しました。課題が改善できるよう、慎重に品種検討を行っていききたいと思います。



試験圃場で意見交換する部会員

栽培管理の徹底で秀品率、反収アップを目指す！

春芽アスパラガス出荷査定会を3月13日、七城集荷場で開きました。県内取引市場2社も加わり、細かな出荷規格などを確認。試食宣伝会や県内出荷に力を入れ、市場との情報交流を密にして有利販売につなげていきます。1本が55g以上の春芽だけの「特大アスパラガス」を目玉にしながら、細物もレシピ提案を行って売り込んでいきます。山田浩晶部会長は「3月上旬に出荷が始まったが冷え込みが続き、例年より2週間ほど遅れた。天候不順には悩まされるが、基本的な栽培管理の徹底で高品質確保と出荷規格を徹底し、菊池アスパラをアピールしていきたい」と話しています。定期的な栽培講習会を開き、秀品率、反収アップを目指します。

※病虫害対策では、登録農薬一覧表を配布し、発生状況に合わせた薬剤選定を行い、安全・安心なアスパラガス栽培に取り組めます。



出荷規格を確認する生産者にポイントを伝える

最高の状態で食べてもらうため、気温の低い早朝に収穫

イチゴ部会の食味を重視して作り上げた「糖蜜使用のこだわりいちご」の出荷最盛期に、生産者の想いとこだわりを届けたいとプレスリリースを発信。「食味も見た目も最高の状態で食べてもらうため、気温の低い早朝の収穫にこだわっている。消費者にぜひ味わっていただきたい」と、早朝のイチゴハウス取材してもらいました。テレビ2局がニュースで放送、熊日新聞にも掲載され、ネットニュースにも取り上げられました。



早朝3時の真っ暗なハウスの中でヘッドライトを付け、イチゴの枝からちぎり果実には触れないよう慎重に収穫作業をする井村さん



インタビューを受けるイチゴ部会井村裕二郎さん智美さん夫妻

ゴボウのおいしさを生産現場と料理でアピール！

❖NHK教育テレビ子ども向け食育エンターテインメント番組「ゴー!ゴー!キッチン戦隊クックルン」で2月22日(土:10時30分~10時55分)に放送。1月28日に収録されました。

❖NHK熊本クマロク「稲塚貴一の今日も完食!グルメ旅」で3月11日(火:午後6時10分~)に放送。2月20日に収録されました。

ゴボウ部会上野部会長が収穫や出荷作業を、ゴボウ料理紹介を同部会女性部の中川真須美さん、今村八重子さんが対応。大変好評でした!



ゴボウ料理試食タイム



ゴボウ収穫作業見学



作業体験を見守る上野部会長(左)



大活躍の今村さん(左)、中川さん(右)



クックルン制作スタッフと一緒に



グルメ旅 稲塚アナウンサー(右から2人目)と一緒に

次世代へ食と農をつなぐ 第71回JA全国青年大会

大会スローガン **NEVER GIVE UP!～新時代へ前進あるのみ～**

第71回JA全国青年大会が2月27日、さいたま市で開かれ藤本義隆委員長、城憲治七城支部長、奥田奨菊池支部員、事務局宮下晃平の4人が参加しました。全国の青年部員が一堂に会し、オンラインを含め約1100人がこれからの農業についての思いを共有しました。

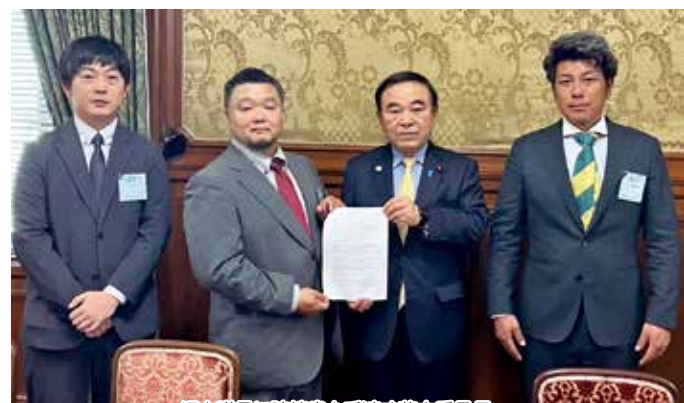
全国農協青年組織協議会(JA全青協)が創立70周年を迎えた節目の大会となり、次世代へ食と農をつなぐため、部員一丸となって取り組んでいくことを確認しました。大会では12人の代表が事例発表を行い熱い思いを訴えました。28日には創立70周年を記念したセレモニーがあり、ごはんソムリエでもある劇団ユニット「TEAM NACS」の森崎博之さんの講演もありました。

来年こそはJA菊池の代表が、全国大会に出場できるよう部員一丸となって頑張っていきましょう。

坂本哲志議員に陳情書提出

27日には農業経営での課題を解決すべく、坂本哲志衆議院議員を訪ね「陳情書」を手渡し、生産費の高騰や担い手への対策、農地の確保などさまざまな課題への青年農業者の声を届けました。藤本委員長は「今後も地域の農業者の声を国政へしっかり届けていきたい」と話しました。

青壮年部事務局 宮下



坂本議員に陳情書を手渡す藤本委員長

菊池農業高校 文部科学省指定 農業経営者育成高等学校(全国25校・九州4校・熊本県1校)

感動、感謝、思いやり、夢を育み未来を創る菊農生 ～あらゆる可能性を見つめ一歩前へ～

catchphrase 社会人・職業人の基盤となる社会性と自己指導能力を育成する



カーネーション5号鉢
→800円



花苗1ポット
→60円

4月下旬頃から平日の9時～16時まで販売しています。

※数に限りがございますのでお早めにお越しください。

カーネーション、花苗販売が始まります
生活文化科が育てたカーネーション、花苗マリーゴールド、サルビアなどの販売を行います。母の日のプレゼントにいかがでしょうか。生活文化科、園芸科温室までお越しください。



キャベツ定植



トマト定植



メロン播種

春作が始まりました

気候も暖かくなってきた、立派に育ち収穫できるのを楽しみにしています。



卒業証書授与



在校生送辞



卒業生答辞

令和7年3月1日(土)、卒業式が挙行されました。卒業生98名がこれから広い世界に羽ばたいていきます。みなさんにたくさんの幸せが降り注ぎますように、いつもみなさんの幸運と成功を願っています。
卒業おめでとうをいっしょに。

菊農通信

菊池農業高校生の卒業証書授与式



山田浩晶副委員長(菊池)

Q. 昨年から米価の高騰が続いているが、今後の見通しは?

A. 経済連と連携し、令和7年産米の収穫前に令和6年産の最終精算を行い、価格面で安心して出荷していただけるよう協議を進めていきます。

Q. 肥料、農薬の情報提供を積極的にしてほしい。

A. 店舗スタッフのスキルアップを図り、継続した情報発信に努めます。

Q. まんまポイントがなくなるそうだが、新たなポイント制の導入の検討は?

A. 事業分量配当に一本化し、公平・公正な利益還元に努め、健全経営を目指します。



坂本悠三副委員長(合志)



城憲治七城支部長

Q. 農地が足りていない農家と農地を任せたい方の橋渡しをお願いしたい。

A. 指導員を中心に、情報の共有と規模拡大への支援に取り組めます。

Q. 所得税や消費税等の支払いを、農協の窓口でできるようにできないか。

A. 日本銀行が示している収納代理店の基準を満たしていないため、JA窓口では収納ができないこととなっております。



角田泰隆西合志支部長

JAの将来について 役職員と対話

～令和6年度 意見交換会～

3月15日に開催し、青壮年部役員9人が参加。農畜産物の価格に関する意見や疑問、資材や飼料の価格高騰への支援、農業用機械のレンタルなどの要望も述べ、日頃の想いを伝えました。

Q. 肥料・資材・飼料の高騰対策に対する支援をお願いしたい。

A. JA菊池、JAグループとしても各種対策等を今後も継続し、経営環境を踏まえて拡大についても検討して参ります。

Q. ストーンクラッシャーやレーキなど特殊機械のレンタルができないか。

A. 特殊機械は高額のためJA菊池での実施は難しく、今後経済連等での会議で要望提案いたします。

Q. 職員の人員不足で一人ひとりの業務負担が大きいのではないか。

A. 転職求人にも力を入れ、昨年の採用人数を上回る採用ができました。次年度も環境整備等を行い、採用人数の増加を図ります。



藤本義隆委員長(大津)



山下雅和泗水支部長



相馬典将菊陽支部長



藤本委員長からひとこと

盟友たちの意見を述べられる機会を大切に、今後も青壮年部の結束力を高め、将来のJAがどうあるべきかを考え、活動していきましょう!

より良いJAを目指し、 女性目線で思い伝えよう

女性部役員とJA役職員が対話集会

JA役職員との対話集会を2月19日、パシオンで開きました。女性部からは役員12人、JAからは東組合長をはじめ部長ら15人の参加がありました。

支部長、助け合いの会、出荷協議会、フレッシュミズ、OB会代表が会員から預かった要望や質問などを投げ掛け、一つひとつに回答をいただきました。福祉事業、営農指導、職員教育、施設整備など、女性視点の想いを伝えました。

東哲哉組合長は「JAにとって女性の思いや支えは大きい。いただいた意見を大切に、改善できるところは至急対応し、より良い農協にしていきたい」と言葉をいただき、堤幸子部長は「女性の意見を受け止めて対話できる場があることに感謝。協同組合の組織力で、食や農の大切さを次世代につないでいきたい」と話しました。



女性部は対話集会を毎年開き、粘り強く、JA運営に歩み寄り、助け合い活動や農産物市場の設置、デイサービスセンターや斎場建設などを実現してきました。3月には支部ごとに報告会を行い、4月25日には女性部総代会をパシオンで開きます。会員の皆様の想いをいろいろな場で伝え、より良い女性組織にしていきたいと思います。「いぶき」でも女性理事インタビューも始まりました。会員皆様一人ひとりが主役です。皆が輝くために共にJA女性部を盛り上げてまいりましょう。

—JA菊池女性部—



笑顔に会えてよかった

助け合いの会 ふれあい訪問活動

JA菊池助け合いの会では、一人暮らしのお年寄りを訪ねお声掛けする「ふれあい訪問活動」を毎年行っています。中央支所ごとに工夫して、まごころ込めた「地産地消弁当」やエコマーク品、ジュシーなどをお届けしています。訪問先では「笑顔に会えてよかった」と喜んでいただいています。助け合いの会会員の減少が気になるところですが「出来ることを 出来るときに 出来る人が」を合言葉にこれからも続けます。

まんまに
きてはいよ～

農産物市場出荷協議会

菊池店では
3月8日、
エコマーク品の
「米こうじの甘酒」と
その甘酒を使った
コールスローのサラダの
試食会を行いました！

次のイベントも
お楽しみに～♪



農産物市場「きくちのまんま」では、店舗ごとに試食会などのミニイベントを開催しています。店舗によって日程が異なりますので、HPや店舗でのお知らせをご覧ください。



直売所情報はここから

〔誕生祭〕
菊池店 6月
菊陽店 9月
合志店 11月

皆さん集まって 協同活動をしましょう

協同組合とは 地域コミュニティそのもの

農業大学校卒業後、家業の酪農を継ぎました。30代から母と交代し、女性部に加入しました。地元の中陣内地区では、現在13人のメンバーで温泉に行ったり、ゴミブリ団子を作ったりと楽しく活動しています。最近では、こ

近所付き合いが希薄になる地域が多いですが、農業をされている方も加入いただき、地域の方々が集まって会話をしたり、情報交換ができる場となっています。なんでもない活動ですが、大事なことは顔を合わせて話をするのだと思います。協同組合の活動は、地域コミュニティそのものです。地域住民を孤独にせず、助け合って生きていくことが、大切だと考えています。年寄りだけでなく、辞めようかなと言われる先輩方もいらっしゃいますが、まだ

焼きいもは
寒い時期
限定です！



とれたて市場には大津特産品の
サツマイモがたくさん並んでいます

と、待っている組合員さんがいて本当に嬉しかったですね。JAで働いてみて、たくさんの学びがありました。その中で一番の学びは、「感謝の気持ち」です。頭を下げて「ありがとう」。これがどれだけ大切かがわかりました。現在は、ネットワーク大津(株)の構成員として、母と一緒に土地利用型農業の管理作業をしながら、とれたて市場で働いています。母は83歳ですが、まだまだ元気でいてくれて本当にありがたいです。お客さんとお話するのが楽しいです。職員がよく相談してくれるのも嬉しいですね。たくさんの人と関わるのができ、やっぱり私は人が好きなんだと思います。現在、理事を引き受けて2期目となりました。農家の立場と職員の立場の両面から、JA菊池を生き残る組織へ導けるよう努めていきます。

にし いくみ 理事(区域全域) 西 郁美 62

趣味

孫5人と休日に遊ぶこと。とってもにぎやかで楽しいですよ。

プロフィール

大津町で飼料用米、麦、大豆を栽培する。2020年 理事(区域全域)に就任し、現在2期目。

やっぱり私は人が好き！

父の病気がきっかけで12年前に酪農を辞めた後、JAの食材配達員として2年半程お世話になりました。食材をお届けする

まだお若いので可能な限り活動に参加してもらいたいと思っています。これからも「ぼちぼちできるしこ」でみんなが楽しいと思える活動を続けていきたいです。





お米の新しい可能性 米粉

米粉ニョッキのミネストローネ

材料(2人分)

ニョッキ

米粉…50g
白玉粉…20g
熱湯…100ml
じゃがいも(一口大)…50g
にんじん(一口大)…50g
玉ねぎ(一口大)…80g
オリーブオイル…適量
水…500ml
固形ブイヨン…1コ
生しいたけ(スライス)…30g
ピーマン(スライス)…20g
トマトジュース…100ml
酒かす…20g
塩…少々

【作り方】

- ①ニョッキを作る。ボウルに米粉、白玉粉を入れて混ぜ熱湯を加えひとまとめにし、ラップにくるみ30分程度休ませる。
- ②棒状にのばしカットする(1つが10g程度)。巻貝のように成形し、熱湯で茹でる。
- ③スープを作る。じゃがいも、にんじん、玉ねぎはオリーブオイルで炒め、水、固形ブイヨンを加えて煮る。途中、生しいたけ、ピーマンを加える。
- ④野菜に火が通ったらトマトジュースと酒かすを加えて②を入れ、塩で味をととのえる。

米粉にはどんな種類があるの?

小麦粉がグルテンの含有率によって「薄力粉」や「強力粉」などの種類に分けられているように、米粉はアミロース(でんぶんの一種)の含有率によって「麺用」「パン用」「菓子・料理用」と用途が分けられています。アミロースの割合が高い米粉ほど硬さが増すため、米粉麺やマカロニなどに、低いものはシフォンケーキやクッキーなどのお菓子作りの材料として利用されています。最近では、食物繊維やビタミンB群、ビタミンEなどを多く含む玄米粉も注目されており、パン作りなどに活用されています。

参考:日本米粉協会「多彩な日本の米粉の世界」

親の介護と終活に備えるために

介護者メンタルケア協会代表 橋中今日子



「親にどう終活を促せばいいか」という質問をいただくことがありますが、親が終活に積極的だと、今後の介護や相続に備えた対策が取りやすいです。しかし、それほど関心を持っていない親に対して介護や死後の話題を切り出すのは「親の機嫌を損ね、関係性が悪化するのではないか」と不安になることでしょう。

1人の人間として 関心を持つ

根強いコミュニケーションが求められます

終活の話題は深刻なものばかりではありません。例えば、好きな音楽のジャンル、趣味、交流関係、好物、思い出の場所など、親の人となりやこれまでの人生について話を聞くことも終活につながります。

私自身、母が病で倒れて意識不明になった際、「もしものときに、どこまで治療するか」と医師に尋ねられ、「母が本当に望んでいることは何だろうか?」と悩みました。そして私は、1人の人間としての母の姿をそれまでほとんど知らなかったことに気付きました。

気軽な話題から 人となりを知っていく

ご両親の趣味や友人関係について話を聞くことから始めてみましょうか?

子どもの頃の思い出や印象深いエピソードなどを聞くことは、両親の価値観や死生観を知ることにつながるだけでなく、これまで見たことがなかった親の一面を知り、心の距離が縮まることもあります。

終活の目的は、相続や老後の資金問題を解決することだけではありません。家族との相互理解や関係性を深め、より充実した生活を送ることも、大切な目的の一つです。終活の話題を切り出せずに迷っている方は、まずは趣味や交友関係の話題から対話を始めてみましょう。また、子の自分が先に終活に取り組み、その体験を共有するのもいいですね。



牛乳をもっと食卓にのびるミルクレシピ



子どもの日にお薦めのごちそう イタリア風ミルク煮豚

材料(4~5人分)

豚もも肉(塊)…500g
塩…小さじ1強
牛乳…800ml
ローリエ…1枚
タイム(あれば)…2~3本
玉ねぎ…1コ
グリーンアスパラガス…5本
にんにく…2かけ
アボカド…1/2コ
パプリカ(赤と黄)…各1/2コ
A オリーブ油…少量
塩…少々

【作り方】

- ①豚もも肉に塩をすりこんで20分おく。
- ②玉ねぎは深い十字の切りこみを入れ、グリーンアスパラガスは根元の皮をむく。
- ③鍋に豚もも肉、牛乳、ローリエとタイム、玉ねぎ、にんにくを入れて火にかけ、煮たら弱火にしてふたをせずに40分煮、グリーンアスパラガスを加えて3分煮る。
- ④アボカドとパプリカは1cm角にし、Aであえる。
- ⑤肉を食べやすく切り、器に盛ってグリーンアスパラガスを添え、④を散らす。



JA菊池斎場「虹のホール」では、湯灌は葬儀プランに含まれており、体験された喪家様からは大変好評をいただいております。また、各斎場の見学や事前相談も年中無休で随時承っております。お気軽におたすねください。

虹のホール 杉並 TEL:096-294-1059
虹のホール とよみず TEL:0968-38-1059
虹のホール わいふ TEL:0968-23-1059
とよみず法事会館 TEL:0968-23-8100

JA菊池斎場「虹のホール」では、ご要望に応じて「お葬式講座」を開いております。3月には久米2区ふれあい会の14名の方が、会場の「とよみず法事会館」を訪れ、お葬式のあれこれを学んでいかれました。

葬儀の意味合い・役割

終活とは?

エンディングノートって?

臨終・安置、通夜・葬儀、葬儀後は?など、

虹のホールスタッフが説明しました。また、湯灌サービスの会社(株)サーブより来ていただき、湯灌への想いを話していただきました。その中で、大好きだったおじいちゃんの話がされました。病気で苦しいまま亡くなられ、その顔が怖くてちゃんとお別れが出来なかったことが心残りとなり、おじいちゃんとの距離が空いてしまったとのこと。その後「湯灌」と出会い、この仕事に就かれたとのことでした。大切な方のお別れを穏やかに過ごしてほしいと思いを込めているということです。また、子どもたちに「亡くなる」ということを伝えていかなければならないのではないかと話されました。

終わるための活動 終活
残された人生をどう生きるか

3月行事 ひなまつり

いずみ

ひなあられに見立てたお手玉を使って、ゲームを楽しみました。



おひなさまといっしょに
ハイ！ポーズ♪



かわいいあられお手玉を
スプーンですくって～



ゆるっと

ひな祭り御膳を食べ、お内裏様とお雛様の衣装を着て記念撮影を楽しみました。



おさっさ～



豪華なひな祭り御膳♪



上手にお皿に
うつしましょう



しっかり手指を使って
トレーニング



おだいりさ～まと
おひなさま～



素敵な衣装にチェンジ！

2月の 誕生会

いずみ

いずみに“寅さん”がやって来ました。スタッフの仮装が大好評でした。



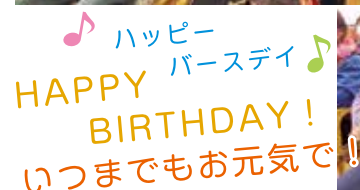
男はつらいよ
寅さん登場！
それを言っちゃあ
おしまいだよ



スタッフによるお芝居で
大盛り上がり♪



寅さんより
おだんご
もらったよ～



♪ ハッピー
バースデー ♪
HAPPY
BIRTHDAY!
いつまでもお元気で！！



ゆるっと

パンケーキを焼き、ホイップクリームとチョコスプレーでデコレーションをして食べました。



おいしそうに
焼けています



おめでとうございます！



ホイップクリームを
しっかりしぼります



できあがり♪

漢方の診断学：問診（もんしん）の具体例（3）

公立菊池養生園保健センター長 芹川和志

今回も問診（もんしん）の具体例を見ていきたいと思います。やや難しいところも多いので、理解にこだわらず読み飛ばしてもらえれば幸いです。

胸や腹の症状

のどのつかえた感じは、たいていの場合気の流れが喉のあたりでせき止められているためでストレスや抑圧された感情の存在を疑います。咳の出方や痰の有無に関しては、ただ咳があり、無色透明の痰を伴うものは感冒が多く、咳と共に粘り黄色の痰が出る時などは肺に湿熱（炎症）があり、その痰が出にくくなれば、肺が損傷されていると考えます（肺陰虚熱）。胸の痛みや苦しいなどの狭心症のような症状が起こるのは、胸の中で気の流れが阻害されたり（気滞）、あるいは瘀血などで胸の中で陽気が不足しているのではないかと考えます。

腹部では、みぞおちがつかえる、痛むなどの症状は、胃酸過多（胃熱）や消化不良（食積）、あるいは胃の冷え（脾胃虚寒）を考えます。腹痛はいろいろな原因で起こり、急性のものは食べすぎ、炎症などを疑い、慢性のものは、気滞、瘀血、便秘、冷え、血虚などを考え、さらに詳しい問診と切診（腹診）を行います。

目と耳の症状

漢方では、肝の病気は目に、腎の病気は耳に現れやすいと考えています。耳鳴りは腎虚と考え、目のかすみや目の焦点がぼやけるなどは、肝と腎が弱ってきたと考えます。目の充血や目がチカチカす

る、めまい、立ちくらみは肝火上炎といって肝気がたかぶりすぎて興奮し「頭に血が上った」状態で、血圧などにも注意が必要です。

睡眠

人は朝、衛気という陽気の一つが目から出て身体中をおおうと覚醒し、夜になって衛気が体内に取り込まれ、陰気が支配すると眠りに落ちると考えます。夜になっても寝つけないという人は、陽気が過剰であるか、陰気が不足しているということになります。また漢方では、人間の精神を「神」という言葉で表現し、神は心に宿ると考えますので、よく夢を見て熟睡できないという人は、心陰が虚（精神力が薄弱化）していることになります。

月経、帯下

月経、妊娠、分娩歴は婦人の子宮や卵巣機能に関係するだけでなく、心、脾、肝、腎などの臓腑や経脈の機能とも関係があるので、詳しく聞き取ることも重要です。

以上のような問診に加え、既往歴、持病、アレルギーなどの有無を確認し、その人の体質的特徴も参考にしながら漢方的な診断治療（弁証施治）を行っていきます。

健診結果の判定6種類 どんな意味があるの？

健康診断の「結果判定」についてご紹介します。健康診断を受診した際、結果には数値とその項目についての判定が書かれています。

菊池養生園では

A:異常なし B:軽度変化 C:経過観察 D:要精密検査 E:要治療 F:治療中

の6種類の判定があり、それぞれ次のような意味があります。

- A 異常なし**：健康上特に問題ありません。
- B 軽度変化**：わずかな異常を認めますが、健康上特に問題ありません。
- C 経過観察**：異常を認め、1年の経過観察・生活習慣の改善などが必要です。
(C1) 1年より短い期間で経過を見た方がよい場合には6ヶ月
(C2) 3ヶ月 (C3) で再検査となる場合もあります。
- D 要精密検査**：明らかな異常を認めます。早めに専門の病院で詳しい検査が必要です。
- E 要治療**：明らかな異常を認めます。早めに専門の病院で治療が必要です。
- F 治療中**：現在治療中。かかりつけ医に報告し、治療を続けてください。

この中でも特に**D:要精密検査**、**E:要治療**と判定された検査項目は重症化するおそれがある病気が隠れている可能性がありますので、届いた精密検査依頼書を持って早めに専門病院への受診をおすすめします。

お問い合わせ先：菊池養生園（0968-38-2820）※お気軽におたずねください

中央支所レポート ③③ 菊池発見！



阿蘇外輪山の伏流水が湧き出る水源 「若木水源」 菊池市四町分

熊本名水百選にも選ばれており、地元の人たちから“出口（でぐち）さん”の愛称で親しまれているそうです。うっそうとした木立に囲まれた湧水池には直径2mほどの巨石があり、その上には水神様が祀られていました。水温は年間を通して16℃ほどとのこと。湧水池はとても澄みきっていて、プクプクとあちこちから湧き出し、小さな泡が水面ではじけて波紋がいくつも広がりきれいでした。湧水は人々の飲み水として、また

田畑の農業用水として、その役目を果たしています。

湧水池の周りには“若木の木”と呼ばれる老木があり、何百年も見守ってきたのだなぁと思いました。

リポーター

菊池中央支所金融共済課
立花 空夢



第5回菊池川流域高校生サミット 地域活性化に高校生がアイデア発表

高校生が地域を元気にするアイデアや研究成果を発表する「菊池川流域高校生サミット」が2月16日、玉名市民会館で開かれました。第5回目となった当日は玉名高校、玉名工業高校、北稜高校、鹿本高校、鹿本農業高校、城北高校、菊池農業高校、菊池女子高校の8校から高校生40人が参加。菊池農業高校は竹林問題の解決のための段ボールコンポストへの利用やバイオ竹炭の製造などの竹資源の活用、北稜高校は地域特産物のトマトのふりかけの商品化、鹿本農業高校は古代米「穂増」の復活栽培など、それぞれの学校が発表しました。

熊本県木村敬知事が来賓として訪れ「若い世代の高校生が各地域の課題解決や活性化に向け、学校の特長を活かした視点でアイデアや実践活動していることを知り心強く思った。今後も各地域、県のために活躍してくれることを期待している」とエールが送られました。主催者から取り組みと発表を讃え、テーマにあった賞が贈られました。

「地域の宝を創った賞」を受賞した菊池農業高校2年生の村上遥さんは「地域を越えた高校生と交流ができて良い刺激になった。他校の活動を参考にして、自分たちの活動をもっと充実させていきたい」と意欲を見せました。



竹林問題解決のための活動を発表する菊農生



木村県知事(中央)と菊農SDGs研究班メンバー

※サミットは2017年に菊池川流域の稲作文化が日本遺産に登録されたことをきっかけに始まった。「菊池川流域の恵み」体験協議会が主催。菊池川流域の菊池市、山鹿市、和水町、玉名市4市町の高校が地域連携や地方創生、環境保全など地域活性化を目的にアイデアや探究活動の成果を報告し合う場となっている。



お花にふれて
たのしんで

花卉部会員の三角修さんが3月5日、菊池市立菊之池小学校の1年生57人にフラワーアレンジメントを教えました。三角さんが生産するカスミソウの他、部会員が生産するスターチスやガーベラなどを使い、児童らは個性豊かにフラワーアレンジを制作しました。「花育」と称し33年続く交流は、カスミソウの収穫体験から始まり、農業を通して子どもたちと地域の関わりを深めています。使用する花は三角さんが児童の人数分を持参。「子どもたちがとても喜んでくれて嬉しく思う。カスミソウの生産が盛んな地域であることを知って、花に親しんでほしい」とにこやかに話した。参加した児童は「いろいろな花を使って楽しかった。お母さんにプレゼントします」と笑顔をみせました。



©2010熊本県くまモン
撮影2025/3/5



©2010熊本県くまモン
撮影2025/3/5



くまモンとお花と一緒にダンス♪



この葉っぱの
なまえは
なんだろう？



菊池地域は
カスミソウの生産が
盛んです



みんなで品評会
“あなたがNo.1”



またいっしょに
郷土料理を
作りたいです！

合志小3年生から
「だんご汁」体験の
お礼状が届きました。

子どもたちの感想を一部紹介します。

- やさしくおしえてくださって、ありがとうございました。とてもおいしかったです。
- 「こねるの上手だね。おだんご屋さんの娘さん？」と言われてすごうれしかったです。
- わかりやすく、ゆっくり教えてくださったおかげで、安心して上手にできるようになりました。
- 料理はあまりできないけど、女性部さんが来てくださって良かったです。
- またいっしょに、いろいろな食べ物をつくりたいです。
- さいしょはきんちょうしたけど、作ってみると楽しくできました。
- 家でも家族といっしょに作ってみたいです。
- その日力ぜで休んで作れませんでした。またみなさんときょうどうりょうりを作りたいです。



「農タメ」パフォーマー
宮海彦さん



コンテナで競争



タイヤで麦踏み



米・コボウ農家
実取義洋さん



キャタピラで
麦踏み



樹木生産者
井上致伸さん

中学生が
農タメ体験
農家が農を語る



夕日に向かって
“農タメー！”

農業+エンタメで農に興味を！

菊池市木庭の麦畑で
長崎の中学生が麦踏みを楽しみました！R7.1.30

数量限定 超特別価格

メーカー希望価格78,500円

JA特価 67,400円を **39,800円!** (税込)

プロが選んだ 最強の苗コン NC-64枚

中型ブロック使用の耐震構造 補強金具を追加し、M10ボルトで締結

ナット圧入L型ブロック ナット圧入T型ブロック

高強度厚肉パイプを挿入 高強度厚肉パイプを挿入

最も力の掛かるジョイント部に中型ブロックを使用し、強度を高め、苗箱の出し入れにじゃまな筋交い棒をなくしました。

全長 1,150mm 全幅 1,280mm 全長 1,320mm

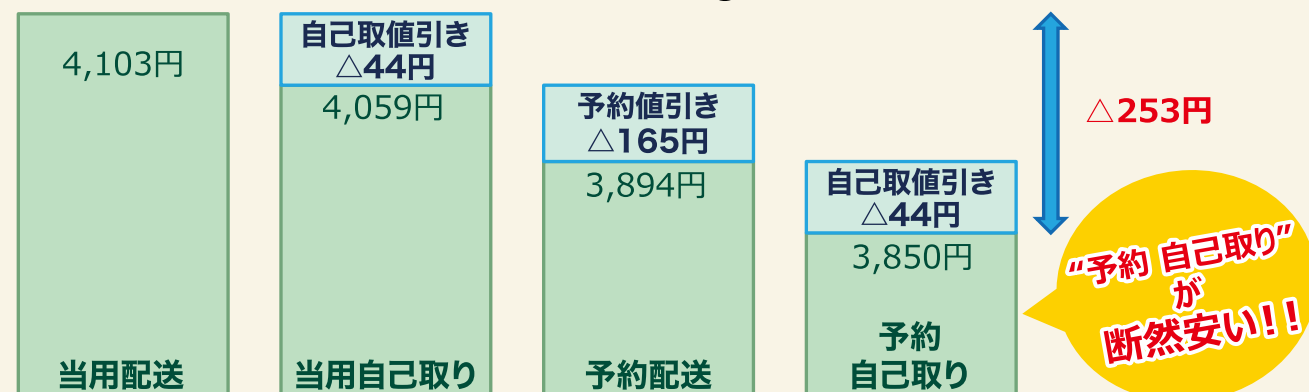
予約を活用してコスト低減・農業所得増大へ!

肥料予約お得ポイント ①予約注文でお得(肥料・農薬) ②自己引取で更にお得(肥料)

肥料予約自己取りでより安く!

※価格はすべて税込金額です。

◎たとえば・・・「ひとふりパートII(20kg)」の場合



予約申込み方法

◎ 注文書の配布・提出場所:お近くのJA菊池資材店舗

- ・ 担当者が年間使用量等を基に、詳しくご案内致します。
- ・ 単価は、令和7年3月1日現在の価格です。
- ・ 肥料・農薬予約注文について、ご不明な点がございましたら、お近くの資材店舗へお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ、ご注文は各中央支所資材係へ

菊池 アグリハウス	Tel 0968-24-0070	七城	Tel 0968-24-4098
西宮農経済センター	Tel 096-242-3640	旭志	Tel 0968-23-3211
泗水	Tel 0968-38-5889	大津	Tel 096-293-3792
		菊陽	Tel 096-232-8207

JAバンク
金融部からの
お知らせ

JAバンクアプリなら 税金支払い、 スマホで完了!

時間がないときでも

天気が悪くても



旭志中央支所
金融共済課 貯金係
はま しょうこ
濱 祥子



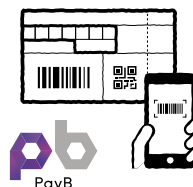
旭志中央支所
金融共済課 貯金係
たばた まりな
田端 万里奈

届いてすぐに



JAバンクアプリのPayB機能で請求書のバーコード・
地方税統一QRコード(eL-QR)を読み取って、
税金等を簡単にお支払い

※税金、公共料金、その他民間企業のコンビニバーコード収納払い等。
対象の請求書はビリングシステム株式会社のホームページをご覧ください。▶<https://payb.jp/public/>
※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。



JAバンクアプリの
ダウンロードはこちらから



スマホで
納税!

はじめてみようPayB キャンペーン
実施

JAバンクアプリからPayBを初めてご利用いただいた方の中から



抽選で**800名様**に、
をプレゼント!

期間:
2025年4月1日▶6月30日

● **本特典の対象者**
(以下の条件を全て満たした方)

- ☑ 2023年7月1日～2025年3月31日の間
JAバンクアプリのPayBによるお支払いが
なく、かつ対象期間中(2025年4月1日～
2025年6月30日)の間にPayBでお支払い
いただいた方
- ☑ web申込フォームに必要事項を記載し、
お申し込みいただいた方

特典にかかる留意事項

- 応募には、カナ氏名、JAサービスID、お客様番号の入力が必要となります。JAサービスIDおよびお客様番号が不明の方は、JAバンクアプリ「メニュー」→「JAサービスID/お客様番号」からご確認ください。
- 本キャンペーンの対象期間は、2025年4月1日から2025年6月30日です。
- 当選は特典の発送をもって代えさせていただきます。
- 本特典の発送について、2025年7月頃にweb申込フォームでいただいたメールアドレス宛てにお送りいたします。
- 都合により特典の発送が遅れる場合もございます。予めご了承ください。
- 重複して応募された場合、重複分は無効となります。

申込
フォーム
はこちら



お問い合わせはお近くの中央支所貯金窓口へ

お気軽に
ご相談ください!



水稲通信 稲作の準備 米づくりは土づくり！ 高品質・安定生産を目指して防除の徹底を！



大津中央・営農課
桐原 竜治

土づくり対策

圃場の土壌状態を知ることが重要です。土壌診断を行い、施肥設計に役立てましょう。

堆肥の投入

堆肥等の有機物を投入し、地力を高めましょう。ただし、施し過ぎに注意しましょう。一定量を毎年確実に投入することが安定した土づくりにつながります。

土壌改良資材を投入しましょう！

肥料（チッソ・リン酸・カリ）で補うことのできないケイ酸、石灰、苦土（マグネシウム）、鉄、マンガンなどの養分を補給するため土壌改良材を投入しましょう。土壌改良材をまくことにより、葉や茎を硬くして害虫や倒状に強くなります。また、根の活力を高めるので病気にも強くなります。

粒状スーパーエンリッチ1号
60kg/10a当り

リン酸・けい酸・苦土・ミネラル（マンガン、鉄、銅、亜鉛等）が同時に補給できる総合的で省力的な肥料です。

種子消毒

塩水選

近年では育苗期間中の5月下旬に最高気温が30℃を超える高温、多照が続いているため、灌漑水や被覆資材の高温による発芽不良や葉焼け、灌水不足による育苗の失敗例が散見されます。胚が大きく貯蔵養分が充実した種粉を選ぶ事で、正常な発芽力を確保するため塩水選を行いましょう。

うちの比重液濃度は1.13（水20リットルに対し食塩5kg）です。

種子消毒

- テクリードCフロアブル…… 200倍
- スミチオン乳剤……………1000倍

混合……24時間浸種

《目的》○ばか苗病、いもち病、ごま葉枯病の防除…テクリードCフロアブル
○心枯線虫の防除……………スミチオン乳剤

《種子消毒法》

テクリードC
200倍

スミチオン
1000倍

薬液を作るときは、あらかじめ少量の水によく溶かしてから所定の濃度にする。

※温湯消毒
乾燥種粉を60℃に10分間浸漬した後、ただちに冷水で冷やす。

消毒順序

種子準備

塩水選

↓

薬液を混ぜながら浸種する

↓

薬液に24時間浸種

↓

消毒後は水洗いしない

浸種

陰干し

↓

播種

浸種

【目的】…揃った発芽をさせるために必要な水分を吸わせ、すべての粉に発芽活動を始めさせ、粉殻に含まれる発芽阻害物質やその他の有害物質を洗い流すために行います。

【浸種時間】…ヒノヒカリはハト胸状態になるには、水温が15℃で6～7日間、20℃で5日間が必要です。

※浸種の水量は、種粉量の2倍以上あることが望ましく、桶や水樽の中で行う場合は、酸素不足にならないよう時々かき混ぜ、水は毎日入れ替えて新しくします。

●浸種における留意点

ハト胸状態（粉が膨らみ、芽が1mm程でた状態）が7～8割になるまで実施しましょう。

※10割になるまで待っていると芽が伸びすぎてしまいます。

また、ハト胸状態が不十分だと欠株や田植後の生育不揃いの原因に…

※くまさんの輝きについては、ヒノヒカリに比べ発芽しやすい傾向にあるので、浸種しすぎないようにハト胸状態を必ず目視で確認してください。

薬量早見表

種粉量	水	テクリードC 200倍	スミチオン 1000倍
4kg	8ℓ	40cc	8cc
5kg	10ℓ	50cc	10cc
6kg	12ℓ	60cc	12cc
9kg	18ℓ	90cc	18cc
10kg	20ℓ	100cc	20cc
15kg	30ℓ	150cc	30cc

注意事項

※消毒残液また浸種残液は、河川、沼、養魚池などに流入しないよう、処理する。

令和6年度産は、天候不順により小玉傾向となりました。数量減の単価高ではありましたが、販売環境も厳しい状況となりました。病虫害駆除や栽培講習を強化し、種子の安定出荷、販売販路の拡大等努力してまいります。



総会であいさつする
水上部会長

※JAくまにんにく部会より現地視察にられました。圃場の状況や乾燥機、保管庫なども視察。令和5年度は菊池から球磨にも出向き交流を深めています。栽培管理、出荷体系など意見交換を行いました。



JAくまにんにく部会より視察

栽培講習会・現地検討会で 更なる品質向上を目指す

にんにく部会 令和6年度総会



東組合長より表彰を受ける
松原さん（左：和典さんの
母・京子さん）



役員改選で部会長に森慎一郎さんが再任。副部会長に
小林勇樹さん、監事に稲田壽昭さんが就任しました。

令和6年度産は、異常気象に悩まされ小ぶり傾向となりましたが、品質の徹底で高単価を維持することができました。知恵を分かち合い更なる品質向上を目指し、定期的な栽培講習と現地検討会で生産現場に合わせた指導に力をつけたいと思います。令和7年度作付面積は341a、生産者28戸。収量アップ、優良種子の確保、安全・安心な生産、販売先との情報交換強化で出荷量96tを目指します。近年の優良産地として生き残るために、種子の選定も厳しく行っていく予定です。減農薬、他園芸品目の複合経営による生産性向上、優良種ショウガの供給体制の確立などに取り組めます。

※反収賞で松原和典さんを表彰しました。

栽培講習と現地検討会で反収増加を目指す

ショウガ部会 令和6年度総会・出荷報告会

営農部園芸課 後藤真智

鳥獣害対策②

地域みんなで取組もう 合言葉は『

えづけ
STOP!』

あなたはいくつ知っていますか？

イノシシの生態・習性

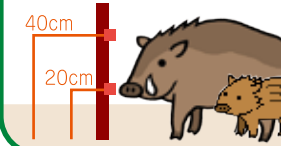
1 イノシシの体で電気を通すのは鼻だけ



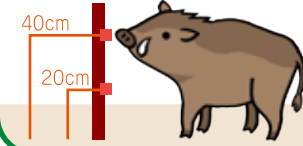
2 毛は剛毛で、電気や有刺鉄線が当たっても平気



3 幼獣、エサを探している時の成獣 鼻の高さ 約20cm



4 作物を目指して歩いている成獣 鼻の高さ 約40cm



5 イノシシはかくれんぼが大好き 茂みがある場所を好みます



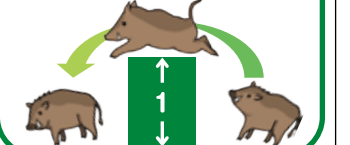
6 イノシシはエサを食べられた畑の場所を忘れない



7 イノシシの活動時間は朝・昼・夜、24時間



8 イノシシのジャンプ力 助走なしで1mを飛び越える



熊本県むらづくり課 TEL:096-333-2416

5月の運勢

①全体運 ②健康運 ③幸運を呼ぶ食べ物

おひつじ座 3/21~4/19

①良好運です。分りにくかったことがはっきりし予定を立てやすくなりませう。旅行やレジャーなど外出を増やして ②活動的なほど調子がアップ。スポーツにツキ ③梅

おうし座 4/20~5/20

①活気はありますが面倒な問題も表面化しがち。逃げずに向き合っていきましょう。ポジティブ思考が運を開く鍵 ②室内でのけがに注意。危ない箇所は早めに対処 ③キクラゲ

ふたご座 5/21~6/21

①上昇運。下旬をめどに計画を進めましょう。いい形でまとまるはず。友人や知人との外出はうれしい出来事の予感 ②チームで行うスポーツやダンスにツキあり ③新ジャガイモ

かに座 6/22~7/22

①後回しにしていたことを片付ける準備を。防災用品も確認。いざというときのための行動が好結果に結び付きます ②食事はバランス良く。旬の野菜を多めに取って ③フキ

しし座 7/23~8/22

①耳寄りな話が入ってきます。ただ予定は詰まり気味でかなり忙しそう。効率良く動いて遊びに行く時間づくりを ②パワフルで頑張りが利きます。睡眠が大事 ③タケノコ

おとめ座 8/23~9/22

①活気のある好調運。目標を立ててまい進すれば結果を出せます。語学の勉強や情報収集にも幸運が。旅行も吉 ②早寝早起きで。生活のリズムを大切に ③ソラマメ

てんびん座 9/23~10/23

①頼まれ事から行くと◎。会話を大切に。触れ合いの時間が幸せをもたらします。リサイクル、リメイクにツキ ②血行を良くしましょう。ふくらはぎをもんで ③ナガイモ

さそり座 10/24~11/22

①対人運が活発化。うれしいことがある一方で面倒事も舞い込みそう。カッかすると落とし穴が。冷静に対処すれば◎ ②カルシウムをしっかり取って。骨を丈夫に ③ニンニク

いて座 11/23~12/21

①周囲が次第に騒がしくなってきた。前半は時間が取れるので用事は早めに済ませて。後半は人との時間を大切に ②ダンスやストレッチで気持ち良く体を動かして ③ルッコラ

やぎ座 12/22~1/19

①運勢は好調。助けてくれる人が現れて困り事は解決へ。あなたから手を貸してあげるのも◎。レジャーにツキ ②古傷のケアを。サポーターを使うのもお勧め ③サンショウ

みずがめ座 1/20~2/18

①運氣は後半に入り好転。難しくても本気で向き合えば活路を見いだせます。ピンチのときこそクールに判断して ②シェイプアップの好機。無茶をせず計画的に ③ニラ

うお座 2/19~3/20

①良好なスタートですが、下旬はペースダウン。早めにできることは前倒しで。友人や知人と過ごす時間にツキあり ②日頃の体調管理が大切。健診、検査を受けて ③コゴミ

みんなの

チャレンジ!! 頭の体操

出題●ニコリ 答えは26ページにあります

穴ぼこ 熟語パズル

解き方 熟語の読み方が並んでいます。読み仮名はどれも5文字ですが、2文字目と4文字目を隠してしまいました。残った文字から推理して、熟語を漢字で書きましょう。漢字はリストにあるものを1回ずつ使ってください。「ッ」や「ヤ」などは「ツ」や「ヤ」などと同じに考えます。

全部の熟語を漢字で書くと、リストの漢字が1つ余ります。その漢字は何?

サ □ ウ □ ン → □ □ □

ツ □ シ □ ボ → □ □ □

キ □ サ □ ン → □ □ □

バ □ ジ □ ク → □ □ □

レ □ ゾ □ コ → □ □ □

【例題】

タ □ ジ □ ウ → □ □

ト □ ヨ □ ツ → □ □ □

エ □ カ □ ワ → □ □ □

リスト

英会室書上図体卓話

答え 体

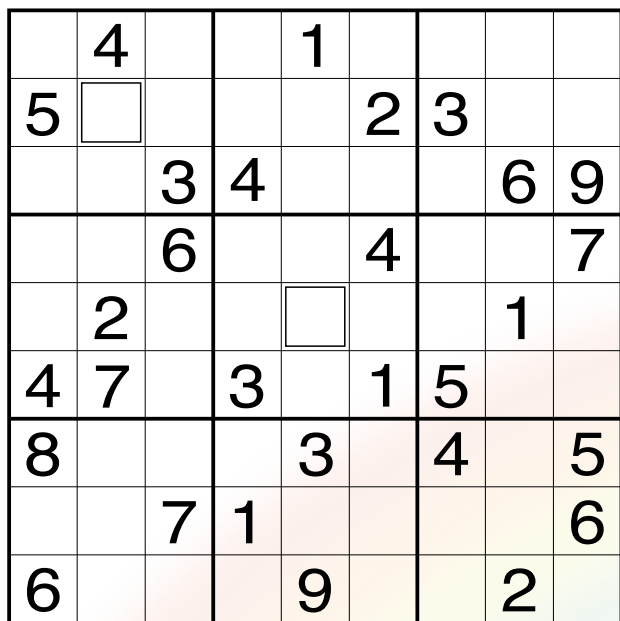
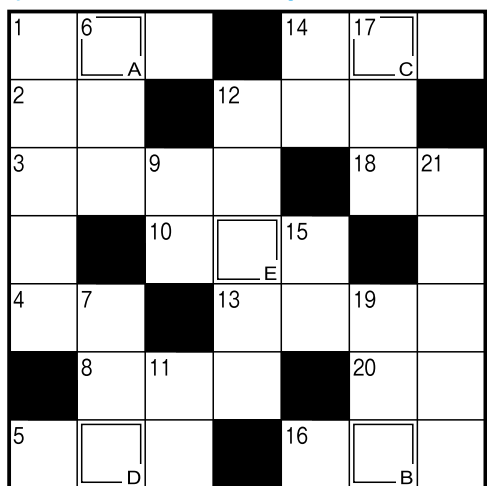
タクジョウ → 卓上

トシヨシツ → 図書室

エイカイワ → 英会話

リスト
喫庫作信石蔵茶通天店点盤簿用冷

クロスワードパズル



二重マスの文字を、A→Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

- ヨコのカギ
- 1 端午の節句に——人形を飾った

2 鉛筆にもリンゴにもあるもの

3 2018年ごろに大流行した——ミルクティー

4 漢字などの読み方を示す小さな文字

5 小学校で一番授業が多い科目

8 福島県の——は浜通りと呼ばれます

10 カアカアと鳴きます

12 スロバキアと分離してできた国。首都はブラハ

13 フラダンサーの腰で揺れるもの

14 初夏でも強く照りつけることがあります

16 漢字では雲雀、日晴鳥などと書く鳥

18 三毛、トラ、サバといえは

20 ギュッと押すと気持ちいい

- タテのカギ
- 1 ひげそり前に顔に押し当てる人もいます

6 その泉は——的な空気に包まれていた

7 日本には謙譲の——の精神があります

9 周囲より小高くなっている土地のこと

11 大きなビルが——のタケノコのごとく増えてきた

12 ひじをグッと曲げて出します

14 雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています

15 ちらしやにぎりがります

17 大勢の人が床のあちこちで眠ること

19 結んでお吸い物に入れることもある葉野菜

21 5月の空を泳ぎます

数独

数独 ルール

二重枠に入った数字の合計はいくつ?

(1) 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
(2) タテ列 (9列)、ヨコ列 (9列)、太線で囲まれた3×3のブロック (それぞれ9マスあるブロックが9つ) のいずれにも1から9までの数字が1つずつ入ります。

ペー ジ

- お便り ●
- 最近お米が高く食べるのを抑えていましたが、コスパがよいと書いてあったので今からお米を食べようと思い買ってきました。(コダマ)

● お米って実はコスパがよい!茶碗1杯の価格は100円もしないどころか半額の50円くらいなんですね。5キロ購入すると一気に財布のお金がなくなるようで高いように思いますが、先行投資をしているだけのことで、1食当たりは安価で体にいいものであることを知りました。(カワカミ)

～ご感想ありがとうございます。お米農家の応援よろしく申し上げます～

地元卒園生・卒業生をお祝い

旭志中央支所



旭志管内の保育園3園の卒園児38人と担任の先生5人に、フレミズ会員が手作りしたコサージュを贈りました。



旭志小卒業生30人に、女性部より国産牛ハンバーグを、旭志青年部よりLL製品を贈りました。

世界の子どもたちへワクチンを

泗水女性部



女性部員をはじめ多くの方々の協力により140kg (約77,000個) のペットボトルキャップが集まりました。キャップは再生プラスチック原料として生まれ変わり、関連企業を通して換金され、世界の子どもたちのワクチン寄付のために使われます。キャップは選別してJCVタイアップ企業へ軽トラで届けました。

85

8691205

J A 菊池 いぶき

5月号アンケート係

菊池市旭志川辺1875

(表)

氏名

住所

TEL

Q1 今月号で興味を持った記事

Q2 誌面で改善してほしいところ

Q3 今後とりあげてほしい内容

Q4 楽しかったこと、嬉しかったこと、お伝えしたいことなど

(裏)

植木まつり表彰

宮農部樹芸部会

JA菊池樹芸部会
出店者の表彰がありましたので
ご紹介します。



出店者の皆様
ご苦労様でした。

〈表彰〉

◇販売高 最優秀賞:熊花園

優秀賞:西口秀一、(株) G-FARM

◇庭木グランプリ 最優秀賞:熊花園

金賞:熊花園 銀賞:(株) G-FARM

先輩農家に学ぶ

菊池地方4HC・県域広域本部

ニューファーマー研修会が開かれ、管内の新規就農者ら27人が参加。先輩農家の講演や部門別交流会で「若手経営者としての心構え」を学び、意見交換をして、経営についてアドバイスをもらいました。



部会別交流会でつながり深める

生活応援フェア ～ご来場ありがとうございました～

生活部



お茶コーナーで生活係担当者が「ぜんざい」を振る舞い喜んでいました。

令和7年度各種展示会も
お待ちしております



お茶:ぜんざい
おつけもので
おもてなし



おいしい
で～す

プレゼント応募

きぐちのまんま菊池店のお楽しみBOX 3名様

応募締切:令和7年5月8日(木)必着

郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、アンケートの答えをご明記の上、はがき・FAX・eメールなどでご応募ください。

★または、各中央支所窓口でも受け付けております。

こちらからも応募できます▶



理事会の報告 (第11回 R7.2.27)

【業務報告】

1. 主要業務処理顚末
2. 組合員の加入および脱退予告
3. 事業経費
4. 1月末事業実績
5. 自主検査結果報告(令和6年12月検査分)
6. 令和6年度JA菊池生活応援フェア実績
7. 令和6年度JA菊池春の農機・自動車展示会実績
8. 令和7年度「JA菊池農業近代化資金保証料助成」の実施
9. 「JA菊池ウインターキャンペーン2024」の実績
10. 確定債権の経過
11. 青壮年部・女性部報告
12. 理事会付託事項専門委員会報告
13. 県連理事会等の主要協議事項

【議題】

- [第1号議案] 令和7年度役員報酬審議会答申に基づく報酬額
[第2号議案] 内部統制システム基本方針の改定
[第3号議案] ジョブリターン制度
[第4号議案] 有価証券の減損処理基準の改正
[第5号議案] 信用事業方法書の改正
- 以上の議案について全て承認されました。

監事会の報告 (第7回 R7.3.11)

【審議事項】

1. 令和6年度 下期棚卸監査計画
2. 令和6年度 下期監事監査計画
3. 令和7年度 監事監査方針及び監査計画

【報告事項】

1. 令和7年度 内部監査方針及び監査計画
2. その他

以上について審議報告されました。

季節の歳時記 立夏・小満

和文化講師 滝井ひかる

■ 立夏(りっか・2025年は5月5日)

立夏の前に迎える端午の節句では、しょうぶ湯に入って邪気を払います。爽やかな香りのするハショウブはサトイモ科。アヤメ科のハナショウブとは別の植物です。以前は、ショウブやヨモギなど薬草にも使われる香り高い植物を丸い籠状にして飾っていました。その厄よけの「薬玉」が今の「くす玉」の語源とされていて、こいのぼりの先にある玉もルーツは同じだといわれています。

■ 小満(しょうまん・2025年は5月21日)

二十四節気の小満は、万物が少しずつ満ちてくる頃。五月晴れの空の下で、動植物の命がすくすくと育れます。小満の頃は麦生日(ばくしょうび)とも呼ばれ、次第に麦が成熟し麦畑が色づき始めます。季節はこれから夏ですが、麦の収穫をすることからこの時期を「麦秋」といいます。



無料相談会のお知らせ (組合員向け)

弁護士法律相談会

5/7 (水) 午後1時半より
場所: JA菊池本所応接室
予約は4月30日(水)まで地元の中央支所へお申込みください。

税理士相談会

5/14 (水) 午後1時半より
場所: JA菊池本所応接室
予約は5月7日(水)まで地元の中央支所へお申込みください。

行政書士相談会

5/14 (水) 午後1時より
場所: 泗水中央支所
電話: 0968-38-2711

ミゾグッチーレポート

職員間の新たな交流の場を ～第1回JA菊池eスポーツ大会～



職員間の親睦とリフレッシュを図ることを目的に3月15日、初めての「eスポーツ大会」をパシオンで開催しました。5種類のゲームタイトルで部門を用意し、職員がそれぞれ参加したい部門にエントリー。トーナメント方式で各部門の優勝者を決めました。マイコントローラーを持参する職員や、初心者で飛び入り参加もあり、会場は大会序盤から大盛り上がりでした！

参加した職員は「同じ趣味を共有できて楽しかった」「違う事業所の方たちと知り合えた」と笑顔で話していました。

大会を企画した総務部企画広報課の永田雅裕課長は「eスポーツは職員間の新たな交流の場として開いた。今後も継続し、福利厚生の1つとして求職者へもPRしていきたい」と話しました。

職員同士で楽しい時間を分かち合うことで、仲間づくりのきっかけになると良いですね♪



Instagramも見てね! "kikuchimanmarche"

あとがき

湧水池の底から少しずつ、湧き出るようすを見つめてみました。小さな泡が共に現れては波紋となり消えていきます…。途切れることなく…あちらこちらで…小さな波紋が広がります。生きているようで、とてもかわいらしく時間を忘れてしまいそうでした。木々の隙間から日の光が射すとまた美しくキラキラと輝くのです。こころ洗われるひとときでした。

R i k o



生活部 からの お知らせ

JAおすすめの**新商品**ジュースのご案内

国産素材にこだわった
安全・安心・本物志向の商品を
ご提供いたします

2025春・夏
LLキャンペーン

らくのうマザーズ



NEW

Ca
カルシウム
100mg配合



6種類の
果実を
ぎっしり!

日本のくだもの
125ml×24本入
2,050円(税込)

NEW

200mlで
半日分の
鉄分と
一日分の
葉酸を
摂取できる!



国産果実
4種類と
国産野菜
12種類を
ぎっしり

収穫野菜プラス

200ml×24本入 1000ml×6本入
2,830円(税込) 2,780円(税込)

お問い合わせ・ご注文は
中央支所の生活係まで



ジューシーブランドの
商品情報はこちらから▶



JA熊本果実連
公式 Mascot
「ジューシーくん」



旅のことなら
JA旅行センターへ

他社商品(JTB・阪急交通社・タビックス等)の
申し込みもお受けしています。

株式会社農協観光

観光庁長官登録旅行業第939号(社)日本旅行業協会正会員
熊本支店 TEL 096(356)3131
〒860-0842 熊本市中央区南千反畑町2-3(JA熊本県会館1F)
総合旅行業務取扱管理者 古賀竜司

お問い合わせ・お申し込みは

株式会社農協観光代理業 JA菊池旅行センター
熊本県知事登録旅行業者代理業第23号 総合旅行業務取扱管理者・市岡 典光
TEL 0968-23-3513 または中央支所生活係へ

旭志中央支所発着

アルペンルートと白川郷

旅行代金 149,800円 3日間

旅行実施日 5月/28日(水)・29日(木)・30日(金)

お申し込み受け付け中!! ※詳しくは、JA旅行センターへ

今月
おすすめ



9	3	2	1	7	6	8	4	9	9
9	6	8	9	4	1	7	3	2	2
9	7	8	9	1	2	3	1	6	8
2	8	9	1	9	3	6	7	4	7
1	4	9	6	8	7	9	3	3	3
3	2	5	9	7	8	9	1	8	1
7	6	4	9	3	5	2	4	9	3
6	9	2	8	9	4	3	3	1	8
7	1	3	4	5	8	2	6	9	7
4	1	3	2	7	6	8	9	5	9
5	7	5	8	1	3	9	2	6	5

答え: 14

数独

9	3	2	1	7	6	8	4	9	9
9	6	8	9	4	1	7	3	2	2
9	7	8	9	1	2	3	1	6	8
2	8	9	1	9	3	6	7	4	7
1	4	9	6	8	7	9	3	3	3
3	2	5	9	7	8	9	1	8	1
7	6	4	9	3	5	2	4	9	3
6	9	2	8	9	4	3	3	1	8
7	1	3	4	5	8	2	6	9	7
4	1	3	2	7	6	8	9	5	9
5	7	5	8	1	3	9	2	6	5

答え: シバクサ

パズル

穴ぼこ熟語パズル

クイズ答え

答え: 天

サヨウナラ作用点

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算

ウツシボ→通算



事業再開に向け スタッフ募集

事業再開に向け『住宅型有料老人ホームあゆみ』では、住み慣れた地域で安心して暮らせる家として、入居者を支えてくださるスタッフを募集いたします。
男女問わず、未経験の方も歓迎いたします。お気軽にご応募ください。

- ☑ 60代の方も大歓迎です。
- ☑ 未経験の方でも、働きながらJA負担で資格の取得ができます。
- ☑ リニューアルオープンの綺麗な施設で、通勤も便利な立地です。

募集要項

- **募集職種** 看護・介護職員（正職員・専門職員）…要相談
看護職員（パート職員）……………時給1,150円～
介護職員（パート職員）……………時給970円～
注）パート職員は、取得資格に応じて時給単価が異なります。
- **福利厚生** 交通費別途支給・各種保険完備
- **休日** 週休2日制、年次有給休暇ほか
- **留意事項** 夜勤や当直勤務だけを希望される方はご遠慮なく、ご相談ください。

ご応募はこちらまで

〒869-1205
菊池市旭志川辺1875番地
☎0968-26-7765
(雇用担当:中村、児島、中島)

●福祉課の内容はQRコードより
ご覧になれます。



まんまキッチン
焼肉レストラン
アグリショップ
096-273-8200

農産物市場 きくちのまんま
きくちのまんま菊池店 0968-26-5877
きくちのまんま合志店 096-348-6556
きくちのまんま菊陽店 096-213-5088

〔畜産〕診療係休診日対応

平日（JA業務時間内） 時間外（休祭日、JA業務時間外）
☎0968-23-3209 090-4581-7020（携帯）
※休日（日曜・祭日）と午後休は電話対応いたします。
但し、急患の場合はかかりつけの獣医師に直接ご連絡ください。

農機車輛部・カークリニック FAX 0968-38-6321
AM8:30～PM5:00 0968-38-6333
アグリサポートワゴン
休日対応連絡 090-4474-0269

万が一事故にあわれた場合は、こちらにご連絡ください
平日（8:30～17:00）土曜営業日（8:30～12:00）ご加入いただいた中央支所、または本所へ
夜間（17:00～8:30）・休日は
JA共済サポートセンターレッカー・ロードサービス 0120-063-931
またはフリーダイヤルJA共済事故受付センターへ（24時間・365日受付） 0120-258-931



虹のホール 杉並
TEL 096-294-1059
FAX 096-294-1079

虹のホール とよみす
TEL 0968-38-1059
FAX 0968-38-1079

虹のホール わいふ
TEL 0968-23-1059
FAX 0968-26-1079

とよみず法事会館 TEL:0968-23-8100 FAX:0968-23-8080