

とれたて情報ハートのかけはし

いぶき

2026
vol.439

1

同じようでも少し温かいね
JA菊池



迎
春



丙午 情熱の年になれ!

耕そう、大地と
地域のみらい。国産
こくしょくこくさん



インスタグラム
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



未来に向けた変化成長に向けて邁進してまいります

昨年中は格別のご厚情を賜り厚くお礼申し上げます

新年を迎え 更なる地域農業の振興と

地域社会への貢献に尽力し

皆様に信頼されるJA菊池を目指し歩みを

進めてまいります

本年も変わらぬご指導ご鞭撻を賜りますよう

よろしくお願ひいたします

令和8年 元旦

菊池地域農業協同組合



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

組合員の皆さまにおかれましては、希望に満ちた幸多き年をお迎えのことと存じます。日頃よりJA菊池事業へのご支援ご協力を賜り、感謝申し上げます。

令和7年度は燃料・肥料・飼料・資材費の高止まりは続き、農業生産への影響は依然として深刻な状況であります。そのような中、当組合では引き続き、国・県への要請を重ね組合員の皆さんと共に、この危機を突破できるよう役職員一丸となつて努力してまいります。第12次農業振興計画は2年目となり、着実な実践を行つてまいりました。今後も未来に向けた変化成長を加速させるべく、更なる自己改革の実現に取り組んでまいります。

當農関係では、11月に人參選果場が竣工し、稼働を開始しました。ニンジン生産者の基盤拡充と増産に向けより一層取り組みを強化いたします。菊池地域では10年ぶりとなる献穀事業が合志市で行われるという機会も与えていただき、誇りに思っています。米については「令和の米騒動」が起きたことにより米の価格が今までにない高値となりましたが、多くの国民が関心を寄せ、持続可能な農業経営と食卓が直結していることについて再認識され



たと感じています。昨年も猛暑が続きましたが、青果物販売は順調で各市場からく、生産者お一人おひとりの栽培への努力のおかげと感謝いたします。

畜産・酪農関係では、全国的に畜農継続

供給できるよう、全農に協力いただき、引き続き国への要請を続けてまいります。

管内では地域における農業者の高齢化・後継者不足や開発等による農地の減少による農業基盤の脆弱化は続いており、多くの課題を抱えたままで。JA SMの社員食堂でJA菊池産の米を使っていただき、定期的に農畜産物販売会も継続して行っています。新たな地域住民に地域の農畜産物をしっかりと食べていただき、そのおいしさ、水の大切さもより一層伝えていきたいと思っております。

令和8年は「午年」です。馬はその速さと力強さから「迅速な行動」や「成果を得るためにの努力」などの意味を持ちます。この厳しい状況下でも午のように迅速に、成果を得るため着実に新しいことにも挑戦しながら前進してまいります。

組合員の皆さんと役職員が総力を結集し、地域になくてはならないJA、住民のみなさまに必要とされる事業を目指し進んでいきたいと思つておりますので、ご理解とご協力を願い申し上げます。

最後に、組合員の皆さまのご多幸と、菊池地域農業の発展を願い素晴らしい年になりますようご祈念いたしましてごあ

年頭のごあいさつ

午のように迅速に、成果を得るため着実に新しいことに挑戦し前に進みます

代表理事組合長 東 哲哉



高騰対策などを通じた生産コスト低減、家畜伝染病の予防や対策、気候変動への徹底した対応が求められます。安定的に

が困難になるほどの状況が続いております。和牛肉・生乳等の消費拡大に向けた取り組みや自給飼料の生産支援・飼料価格の高騰などによりJA菊池地域農業の発展を願い素晴らしい年になりますようご祈念いたしましてごあ

いさつといたします。

代表理事組合長 東 哲哉
常勤監事 斎藤 健
常勤理事 代表理事副組合長 森 正晴

代表理事組合長 東 哲哉
常勤監事 斎藤 健
常勤理事 代表理事副組合長 森 正晴

理 事	赤星 順一郎	上田 功
	川上 宗弘	藤島 佐々 春一
	坂本 良介	坂本 浩徳
	永田 寛靖	永田 幸寛
	坂田 勝信	坂田 哲裕
	坂田 明子	坂田 上村 久幸
	坂田 古庄	坂田 高野
	坂田 月尾	坂田 児嶋
	坂田 清蔵	坂田 中野
	坂田 大山	坂田 一久
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 宏
	坂田 明子	坂田 大島 正文
	坂田 古庄	坂田 衛藤 久幸
	坂田 月尾	坂田 上村 久幸
	坂田 清蔵	坂田 大島 幸寛
	坂田 大山	坂田 高野 壽人
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 久幸
	坂田 明子	坂田 大島 幸寛
	坂田 古庄	坂田 高野 壽人
	坂田 月尾	坂田 岩下 久美夫
	坂田 清蔵	坂田 上村 久幸
	坂田 大山	坂田 大島 幸寛
	坂田 陽一	坂田 高野 壽人
	坂田 寿治	坂田 岩下 久美夫
	坂田 明子	坂田 上村 久幸
	坂田 古庄	坂田 大島 幸寛
	坂田 月尾	坂田 高野 壽人
	坂田 清蔵	坂田 岩下 久美夫
	坂田 大山	坂田 上村 久幸
	坂田 陽一	坂田 大島 幸寛
	坂田 寿治	坂田 高野 壽人
	坂田 明子	坂田 岩下 久美夫
	坂田 古庄	坂田 上村 久幸
	坂田 月尾	坂田 大島 幸寛
	坂田 清蔵	坂田 高野 壽人
	坂田 大山	坂田 岩下 久美夫
	坂田 陽一	坂田 上村 久幸
	坂田 寿治	坂田 大島 幸寛
	坂田 明子	坂田 高野 壽人
	坂田 古庄	坂田 岩下 久美夫
	坂田 月尾	坂田 上村 久幸
	坂田 清蔵	坂田 大島 幸寛
	坂田 大山	坂田 高野 壽人
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 久幸
	坂田 明子	坂田 大島 幸寛
	坂田 古庄	坂田 高野 壽人
	坂田 月尾	坂田 岩下 久美夫
	坂田 清蔵	坂田 上村 久幸
	坂田 大山	坂田 大島 幸寛
	坂田 陽一	坂田 高野 壽人
	坂田 寿治	坂田 岩下 久美夫
	坂田 明子	坂田 上村 久幸
	坂田 古庄	坂田 大島 幸寛
	坂田 月尾	坂田 高野 壽人
	坂田 清蔵	坂田 岩下 久美夫
	坂田 大山	坂田 上村 久幸
	坂田 陽一	坂田 大島 幸寛
	坂田 寿治	坂田 高野 壽人
	坂田 明子	坂田 岩下 久美夫
	坂田 古庄	坂田 上村 久幸
	坂田 月尾	坂田 大島 幸寛
	坂田 清蔵	坂田 高野 壽人
	坂田 大山	坂田 岩下 久美夫
	坂田 陽一	坂田 上村 久幸
	坂田 寿治	坂田 大島 幸寛
	坂田 明子	坂田 高野 壽人
	坂田 古庄	坂田 岩下 久美夫
	坂田 月尾	坂田 上村 久幸
	坂田 清蔵	坂田 大島 幸寛
	坂田 大山	坂田 高野 壽人
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 久幸
	坂田 明子	坂田 大島 幸寛
	坂田 古庄	坂田 高野 壽人
	坂田 月尾	坂田 岩下 久美夫
	坂田 清蔵	坂田 上村 久幸
	坂田 大山	坂田 大島 幸寛
	坂田 陽一	坂田 高野 壽人
	坂田 寿治	坂田 岩下 久美夫
	坂田 明子	坂田 上村 久幸
	坂田 古庄	坂田 大島 幸寛
	坂田 月尾	坂田 高野 壽人
	坂田 清蔵	坂田 岩下 久美夫
	坂田 大山	坂田 上村 久幸
	坂田 陽一	坂田 大島 幸寛
	坂田 寿治	坂田 高野 壽人
	坂田 明子	坂田 岩下 久美夫
	坂田 古庄	坂田 上村 久幸
	坂田 月尾	坂田 大島 幸寛
	坂田 清蔵	坂田 高野 壽人
	坂田 大山	坂田 岩下 久美夫
	坂田 陽一	坂田 上村 久幸
	坂田 寿治	坂田 大島 幸寛
	坂田 明子	坂田 高野 壽人
	坂田 古庄	坂田 岩下 久美夫
	坂田 月尾	坂田 上村 久幸
	坂田 清蔵	坂田 大島 幸寛
	坂田 大山	坂田 高野 壽人
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 久幸
	坂田 明子	坂田 大島 幸寛
	坂田 古庄	坂田 高野 壽人
	坂田 月尾	坂田 岩下 久美夫
	坂田 清蔵	坂田 上村 久幸
	坂田 大山	坂田 大島 幸寛
	坂田 陽一	坂田 高野 壽人
	坂田 寿治	坂田 岩下 久美夫
	坂田 明子	坂田 上村 久幸
	坂田 古庄	坂田 大島 幸寛
	坂田 月尾	坂田 高野 壽人
	坂田 清蔵	坂田 岩下 久美夫
	坂田 大山	坂田 上村 久幸
	坂田 陽一	坂田 大島 幸寛
	坂田 寿治	坂田 高野 壽人
	坂田 明子	坂田 岩下 久美夫
	坂田 古庄	坂田 上村 久幸
	坂田 月尾	坂田 大島 幸寛
	坂田 清蔵	坂田 高野 壽人
	坂田 大山	坂田 岩下 久美夫
	坂田 陽一	坂田 上村 久幸
	坂田 寿治	坂田 大島 幸寛
	坂田 明子	坂田 高野 壽人
	坂田 古庄	坂田 岩下 久美夫
	坂田 月尾	坂田 上村 久幸
	坂田 清蔵	坂田 大島 幸寛
	坂田 大山	坂田 高野 壽人
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 久幸
	坂田 明子	坂田 大島 幸寛
	坂田 古庄	坂田 高野 壽人
	坂田 月尾	坂田 岩下 久美夫
	坂田 清蔵	坂田 上村 久幸
	坂田 大山	坂田 大島 幸寛
	坂田 陽一	坂田 高野 壽人
	坂田 寿治	坂田 岩下 久美夫
	坂田 明子	坂田 上村 久幸
	坂田 古庄	坂田 大島 幸寛
	坂田 月尾	坂田 高野 壽人
	坂田 清蔵	坂田 岩下 久美夫
	坂田 大山	坂田 上村 久幸
	坂田 陽一	坂田 大島 幸寛
	坂田 寿治	坂田 高野 壽人
	坂田 明子	坂田 岩下 久美夫
	坂田 古庄	坂田 上村 久幸
	坂田 月尾	坂田 大島 幸寛
	坂田 清蔵	坂田 高野 壽人
	坂田 大山	坂田 岩下 久美夫
	坂田 陽一	坂田 上村 久幸
	坂田 寿治	坂田 大島 幸寛
	坂田 明子	坂田 高野 壽人
	坂田 古庄	坂田 岩下 久美夫
	坂田 月尾	坂田 上村 久幸
	坂田 清蔵	坂田 大島 幸寛
	坂田 大山	坂田 高野 壽人
	坂田 陽一	坂田 岩下 久美夫
	坂田 寿治	坂田 上村 久幸
	坂田 明子	坂田 大島 幸寛
	坂田 古庄	坂田 高野 壽人
	坂田 月尾	坂田 岩下 久美夫
	坂田 清蔵	坂田 上村 久幸
	坂田 大山	坂田 大島 幸寛
	坂田	

稼働開始 AI選別機を導入し 年間7200トン出荷計画



11月8日より冬ニンジンの選果を開始しました。新施設では、選果規模を日量30トンから60トンに増やし、年間で7200トンの出荷を計画しています。AI(人工知能)選別機と人の目と両方で効率的に選果を行います。定植時の暑さが影響し、生育は例年よりやや遅れていますが、品質は良好。熊本・広島・京都・岡山・兵庫に出荷されます。安全・安心な「きくちのまんま」ブランド確立を目指し、安定出荷を狙います。



洗浄されたニンジン



AI(人工知能)選別機でサイズごとに選別



効率的に積み上げ作業が行えるロボットパレタイザ(右奥)の機械も導入

ニンジンの魅力発信 **Do You のうぎょう? イエスチヨ** に登場！

JAグループ熊本 KAB毎週金曜日 7時54分から8時まで放送

12月5日放送 『生産者 岩下勇介さん』

岩下さんの圃場でニンジンの収穫体験！
栽培の工夫などをわかりやすく紹介。



岩下さん



収穫体験



選果作業体験



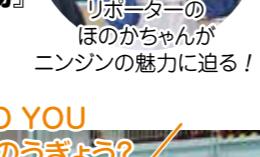
選果場スタッフみんなでタイトルコール



リポーターのほのかちゃんがニンジンの魅力に迫る！

12月12日放送 『人參選果場』

人參選果場で選果作業を体験！
出荷までの流れを紹介。



DO YOU のうぎょう? //

ニンジン 県内一の产地拡大へ注力

令和7年3月から菊陽中央支所敷地内に建設をすすめていた人參選果場が完成し、竣工式を11月4日に行いました。行政、JA関係者67人が出席し、来賓・役員らによるテープカットで完成を祝いました。

東組合長は「効率的かつ高品質な選果体制が整った。県内一のニンジン产地として、栽培面積の維持・拡大により一層力を入れたい」とあいさつしました。

令和7年2月に菊陽町、JA熊本果実連、JA菊池は農業活性化に向けた包括協定を結び、菊陽産のニンジンを使ったジュース「うまcarrot(キャロット)」を開発しています。町内の小中学校の給食でも提供され、児童にも飲みやすく仕上がっており好評です。



テープカット



清祓の儀



神事



東組合長あいさつ



ニンジンのオレンジカラーが特徴

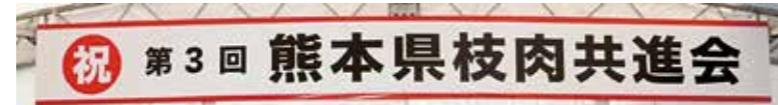


人參部会のみなさん



◎チャンピオン (同)清水畜産・(有)DEAPS!!

JA熊本経済連と県畜協が主催する枝肉共進会が熊本畜産流通センターで開かれました。肉牛の部104頭、肉豚の部40頭の出品があり、グランドチャンピオンをJA菊池が制覇しました。



[肉牛の部]

グランドチャンピオン賞:(同)清水畜産 ▽2部(交雑種)名誉賞首席:坂本正信、優秀賞:大塚晃生 ▽3部(褐毛和種)優秀賞:(株)きもとファーム ▽4部(黒毛和種)名誉賞首席:(同)清水畜産、優秀賞:(株)内田畜産 ▽脂質賞:守川克浩



[肉豚の部]

グランドチャンピオン賞:(有)DEAPS ▽名誉賞2席:管野義治 ▽優秀賞:(有)富田ファーム



冬の日照不足で体内合成が減少しやすい栄養素です。キノコ、サケ、イワシなどに含まれ、骨の健康だけではなく、免疫機能や筋肉の働きをサポートします。不足すると冬は意識して取ると良いでしょう。キノコ類をサケと一緒に鍋料理にすると、体を温めながら効率良く取れます。

冬バテ対策には、栄養バランスの良い食事と適度な運動、十分な睡眠が大切です。おいしく食べて元気に美しく冬を乗り切りましょう。



なる重要な栄養素です。鉄不足は、酸素不足になるため、だるさや息切れ、頭痛、目まいなどを引き起こす原因になります。小松菜などの植物性食品に含まれる鉄(非ヘム鉄)は吸収率が低めですが、ビタミンCを含むレモン汁やブロッコリーと組み合わせると吸収が促進されます。小松菜、豆乳、レモン汁をミキサーで混ぜると鉄の吸収率が高まり、手軽にタンパク質と野菜が取れます。

■ビタミンD

冬の日照不足で体内合成が減少しやすい栄養素です。キノコ、サケ、イワシなどに含まれ、骨の健康だけではなく、免疫機能や筋肉の働きをサポートします。不足すると冬は意識して取ると良いでしょう。キノコ類をサケと一緒に鍋料理にすると、体を温めながら効率良く取れます。

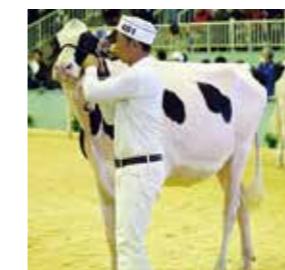
熊本県より13頭(内JA菊池より5戸6頭、菊池農業高校1頭)が出席

ホルスタイン種の共進会(乳牛の美人コンテスト・乳牛のオリンピックとも呼ばれています)の全国大会(4年に1度開催)が北海道で開かれ、都道府県代表のホルスタイン358頭の出品がありました。

〈管内の入賞者〉

第1部▽1等賞3席:衛藤彰一
第4部▽2等賞1席:本田真人
第7部▽2等賞9席:岩根正始
第12部▽1等賞3席:松島太一
第13部▽2等賞2席:松島太一

第2部▽1等賞8席:松島太一
第5部▽1等賞4席:竹内太輔▽2等賞 6席:菊池農業高校
第8部▽優等賞7席:本田真人
第12部▽1等賞4席:松岡憲一
第16部▽2等賞2席:松岡明彦



■ビタミンB1

豚肉、玄米、そばなどに多く含まれるビタミンB1は、糖質をエネルギーに変換する際に欠かせない栄養素です。不足すると疲労物質の乳酸が体に蓄積され、疲れやすくなります。神経の働きを正常に保つ役割もあるため、ビタミンB1不足は、イライラや集中力の低下を引き起こす原因に。豚肉と玄米を組み合わせたチャーハンや、そばに豚肉をトッピングすると効率良く取れます。

■鉄

赤身の肉、魚、小松菜などに多く含まれる鉄は、酸素を全身に運ぶ赤血球のヘモグロビンの材料と

冬になると、だるさや疲れやすさ、やる気が出ないなどの冬バテに悩まされる方も多いでしょう。睡眠トラブルや食生活の乱れにもつながり、肌など美容に影響が出る場合もあります。

冬バテは、寒さによる血行不良や日照時間の減少などが原因で起こります。今回は、冬バテ対策にお薦めの栄養素を三つご紹介します。

栄養士●吉田理江

おいしく食べて美しく



冬を彩るシクラメン 菊農園芸科 1年3ヶ月 丹精込めて育てました

※11月から販売が始まり、大人気につき完売しました!

種まきから栽培、こまめな管理作業、仕上げは専攻科3年生が行いました。



サツマイモ収穫作業 終了



収穫したサツマイモは貯蔵庫で保管して甘みを増やします。その後出荷され、年末年始に出荷最盛期を迎えます。6月まで出荷予定です。



泗水小3年生

稻田壽昭さん、富出分地区の皆さん、青壮年部泗水支部が協力して体験をサポート



掛け干し



足踏み脱穀機体験



稻を束ねる



稻刈り

稻刈り体験



戸崎小4・5・6年生 稻刈りをしたよ!



稻刈り指導
宮川忠正さん



JASMと
稻刈り
交流
菊陽中央支所
青壮年部菊陽支部



11月15日(土)・16日(日) 秋の感謝祭

日頃の感謝の気持ちを込めて開催しました



ステージイベント



食イベント





大健闘の結果!! 一令和7年度JA熊本県青壮年部大会

県青壮年部大会が10月24日、熊本県民交流館パレアホールで開かれ、県内青壮年部盟友らが一堂に会しました。JA菊池から各代表者が出席し、大健闘の結果でした。「1分間動画」で最優秀賞に選ばれた菊池支部の作品が九州大会に進みます!



最優秀賞



優秀賞



組織活動実績発表大会

「これから菊陽町」

菊陽支部 岩下 勇介

地上を読んで
1分間スピーチ

副部長 東 大輔

たくさんの盟友が
応援にかけつけました

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



農業科では実りの秋に、稲刈り実習を行いました。3年生作物専攻はコンバインに乗り実習。1年生は手で稲刈りを行いました。

※農業科1年生の富田君は農業機械が好きでとても詳しいのでみんなコンバインの説明をしてくれました。

菊農のフレッシュ農産物、美味しい加工品はいかがですか？

【定期販売会】毎週金曜 午前9時半～
【常時販売】平日の午前9時～午後4時

詳細、販売場所については学校にお問い合わせください。

TEL 0968(38)2621

鑑定競技会が10月22日、山梨県立農林高等学校で開催されました。本校から、野菜の部で1年農業科早川千瀬さん、草花の部で3年園芸科前田大志君、生活の部で3年生活文化科堀本結希凪さん、2年生活文化科山口花音さんが優秀賞を受賞しました。朝早くから夜遅くまで熱心に農業鑑定の勉強に取り組んだ結果が実りました。1、2年生は来年こそは更なる上を目指し頑張る意気込んでいました。みなさん本当にお疲れ様でした。

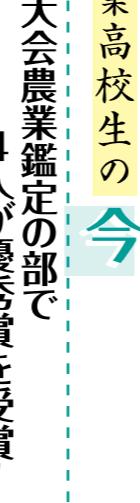


菊農 通信

全国大会農業鑑定の今

4人が優秀賞を受賞！

菊池農業高校生の今

関わることで
仲間が増え

輪が広がる

西合志支部長

まつなが ともやす
松永 友泰

プロフィール

- 就農年数 18年
- 生産品目 たばこ1.8ha、米6ha、スイートコーン1ha、WCS4.5ha
- 父 泰春さん、母 ヒトミさん、妻 舞さんと家族経営



本年度より西合志の支部長となりました。盟友の皆さんが楽しく、生き生きとした活動ができるようと思っておりますので、どうぞよろしくお願いします。

私は農家出身で、菊池農業高

校、県立農業大学校を卒業しま

した。卒業後は学校とのご縁があ

り、2年間県立農大の現場（作

業）の先生としてお世話になりました。その後、農業公園カント

リーパークで働き、イベントなどに

も携わり体験農園も企画しま

います。その後、農業公園カント

リ

家族で楽しむおいしい一皿

冬に食べたい根菜料理 特別な日やおもてなしにも

レシピ提供●料理研究家 和田麻紀子



サトイモのとろみが重くなくさらっと食べられます

サトイモと鶏肉の みそグラタン

【作り方】

- 鶏肉を一口大に切り、塩・こしょう、小麦粉をもみ込んでおく。タマネギは5mmの薄切り、サトイモは皮をむいて1cmの厚さに切っておく。
- 鍋にバターを入れ、鶏肉とタマネギ、サトイモを入れて炒める。鶏肉の色が変わったら水を加えてひたひたにし、ふたをして中火で10分蒸し煮にする。サトイモに箸が通らなければさらに数分加熱する。
- 牛乳とみそを加えて、軽くサトイモをつぶすようにしてさらに5分煮る。好みのとろみになるまで火を入れたらグラタン皿に移し、チーズをかけて200度のオーブンで10分焼く。焦げ目が付いたら出来上がり。

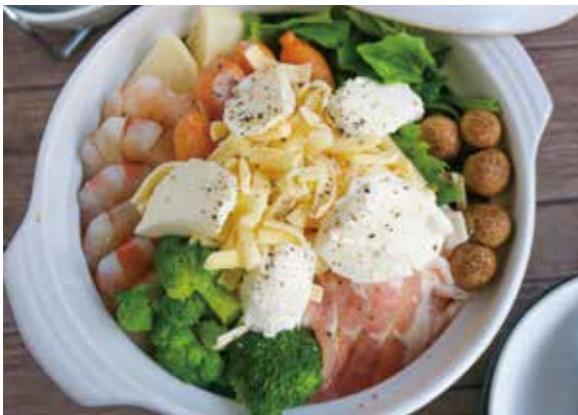
【ポイント】

サトイモはとろみが強く焦げ付きやすいです。
作り方②の途中で一度混ぜると焦げ付きにくくなります。

材料 (2人分)	
サトイモ…4個	塩…小さじ1/2
鶏もも肉…1枚	こしょう…少々
タマネギ…1/2個	みそ…大さじ1
バター…15g	とろけるチーズ…70g
牛乳…150ml	
水…250ml	
小麦粉…大さじ2	

アレンジ

- ご飯の上にのせてドリアに
- 牛乳を豆乳に変えてより軽い味に



牛乳をもっと食卓においしいミルクレシピ

出典●Jミルクウェブサイト「ミルクレシピ」



材料 (2人分)	
バナメイエビ…4~6尾	ワインナー…4本
シメジ…1/2パック	ホウレンソウ…1/3束
ブロックリー…1/3株	ジャガイモ…1個
モツツアレラチーズ…30g	
豚ばら薄切り肉…100g	
ピザ用チーズ…50g	
A 牛乳…400ml	
コンソメ(顆粒(かりゅう))…小さじ2	
粗びき黒こしょう…適量	

【作り方】

- バナメイエビは背ワタを取り除き、殻をむく。ワインナーは斜めに切り込みを入れる。シメジは石突きを取って手でほぐす。ホウレンソウは5cm幅に切る。ブロックリーは茎を切り落とし、小房に分ける。ジャガイモは皮をむき、小さめの乱切りにする。モツツアレラチーズは3~5mm幅の薄切りにする。
- 鍋にAを入れて軽く混ぜ、中央を空けるようにして、①のモツツアレラチーズ以外の具材と豚ばら薄切り肉を入れる。
- 中央にピザ用チーズ、モツツアレラチーズを入れ、粗びき黒こしょうを振ったらふたをし、弱めの中火でジャガイモに竹串がすっと通るまでじっくりと加熱する。

チーズがとろ~り 洋風ミルクチーズ鍋

ヒント エーコープマーク品を使った冬レシピ

<レシピ材料に併記しているマークについて>

JAふれあい食材の商品を使用しています

エーコープマーク商品を使用しています

エーコープマーク品ではありませんが共同購入愛用運動またはJA取扱の商品を使用しています

紅白押し寿司



↓手まり寿司Ver.



材料 (8人分)

【酢飯】

ご飯…4合分(飯約1,200g) 18cmパウンド型・ラップ

紅・合わせ酢

- ▲ジューシー日本の野菜…大さじ4
- ▲エーコープ五倍酢…小さじ1
- ▲ベジレンドあっさり漬の素…小さじ1~2

白・合わせ酢

- ▲エーコープらっきょう酢…大さじ3
- ▲エーコープ五倍酢…小さじ1
- ▲エーコープいりごま(白)…大さじ1

スモークサーモン…80g

大葉…6枚

お好みで飾り付け…かいわれ、レモン、いくら等

使用器具・備品類

炊飯器・ボウル×2
18cmパウンド型・ラップ

材料 (4~5人分)

じゃがいも(男爵系)…小3個(約150g)

▲新・米粉…60g~80g

ごぼう(斜めうす切り)…1/3本

人参(いちょう切り)…1/4本

大根(いちょう切り)…5cm輪切り分
しいたけ(薄切り)…2枚

使用器具・備品類

ザル・ボウル
すりおろし器
小鍋

A

▲ベジレンド和風だし…小袋2袋
水…1.5L

▲エーコープかつおだし…大さじ1
三つ葉(飾り用・3cm幅に切る)…1~2本

【作り方】

- じゃがいもは皮を剥き、すりおろす。おろしたじゃがいもは、ザルとザルを使って固形分と液体分に分ける。固形分は軽く絞り、液体分はボウルに入れたまま15分程放置する(※ボウルの下にでんぷん質が沈殿します)。
- ①のすりおろし汁が入ったボウルの上澄みを捨て、でんぷん質を取り分ける。

- ②③に①の固形分、新米粉を混ぜ合わせ、耳たぶくらいの硬さにこねる。
※まとまらない場合は新米粉を少しづつ加えてこねる。

- 鍋にA、下処理済みの野菜を加え、火が通るまで加熱する。

- ③④のじゃがいも団子を1.5cm大の食べやすい大きさに丸め、④に加える。アスクは適宜取り除く。

- じゃがいも団子が浮きあがってきたら火を止め、かつおだしを回し入れる。

- ひと混ぜして器に盛り、三つ葉を添える。

じゃがいも団子雑煮



めぐみの里だより

JA菊池福祉センターめぐみの里 TEL:0968-26-7765

居宅介護支援事業所
訪問介護事業所
デイサービスセンター いすみ
デイサービスセンター ゆるつと



▲福祉施設情報は
こちらから

新年あけましておめでとうございます

午
2026年

ご家族や関係機関と連携を図り、
安心して在宅生活を継続できるようスタッフ一同支援いたします
本年もどうぞよろしくお願ひいたします

めぐみの里スタッフ一同



干支の作品づくり



疾患別の漢方治療: 高血压

公立菊池養生園保健センター長 芹川和志

皆さんこんにちは、漢方のお話ももうすぐ5年目に突入しますが、今回は、読者の方のご質問がありましたのでお答えしてみたいと思います。

■ご質問は、「漢方薬と西洋薬の併用」と「漢方薬の併用」についてです。

基本的な考え方として、西洋薬は病名に対して処方しますが、漢方薬は患者の体質や病状(証)に合わせて処方します。西洋薬と漢方薬を併用する場合、成分や作用が重複することがあり注意が必要です。

特に気を付けたいのは、「甘草」や「麻黄」の含まれる処方です。また漢方薬の併用については、規定量より多くの漢方薬を服用したり、似たような効果の漢方薬を併用すると、生薬(漢方の構成成分)の重複の問題が生じ、生薬の過剰や相互作用が問題となり副作用が出ることが考えられます。通常は、医師や薬剤師が併用に問題がないか検討したうえで処方されています

が、複数の医療機関から薬が処方されている場合などは、併用薬の管理が不十分な場合もあります。

最近では、ドラッグストアなどで気軽に購入できる健康食品などにも製品名に漢方の処方名がはいっていない製品もありますので、気になる場合はかかりつけ医や薬剤師にご相談ください。

■前回までは、診断についてのお話でしたが、これからしばらくは西洋医学的な診断名(疾患名)に対する漢方薬のかかわりについてお話してみたいと思います。ちなみにですが、漢方薬も万能ではありませんので、あくまでも治療の選択肢の一つととらえていただければ嬉しいです。

現代医学の立場から見ると大部分の高血圧は本態性高血圧と呼ばれるもので、血圧が高いから動脈硬化が起こり、その結果脳卒中とか心筋梗塞、あるいは腎不全などを発症するので、血圧を下げてやれば、それらの疾患は発症しにくくなると考えられています。

しかし漢方では血圧が高いということは、何かの身体の機能に乱れがあって全身の調和が破られている状態で、その現れの一つとして血圧の異常が出現していると考えます。

まず、病人をみたら陽証か陰証かを考えます。陽とは体内で熱を産生する作用です。従って陽証の人はどちらかというと暑がりで、のぼせ性です。次に陰とは体内で熱を放散する作用ですから、陰証の人は寒がりで冷え性です。陽という働きは身体を緊張させ興奮させるので、血圧も上昇させる傾向があります。

従って、高血圧症の人は当然、陽証の人が多いのですが、一方冷えるということは血管を収縮させたり、いろいろな新陳代謝の乱れも起こすので、陰証の人の高血圧も少なくはありません。では具体例を見てみましょう。

「陽証の高血圧」

1) 肝気鬱血型: 漢方では人間の感情を支配するのは肝の働きと考えています。ストレスなどが肝に心理的エネルギーを鬱積させ、新陳代謝の調和を乱して血圧を上昇させると考えます。病人の体力や虚実に応じて、大柴胡湯、柴胡加竜骨牡蠣湯、釣藤散などを用いて、肝にこもった熱を冷まし、もやもやを解散させます。

2) のぼせ型: ストレスがたまりすぎるといわゆる頭に血が上った状態となり、のぼせ症状が強く赤ら顔で、暑がりで怒りっぽく夜もよく眠れなくなります。このような高血圧の方には、三黄瀉心湯、黄連解毒湯などを処方します。

3) 食べすぎ・運動不足による肥満型: このタイプには防風通聖散を用い、臓器に蓄積した食毒を排泄させます。

4) 痰血型: 痰血とは血流が滞っている状態で、血管の抵抗が増大し、自律神経の失調を引き起こします。このタイプには、桃核承気湯、桂枝茯苓丸、加味逍遙散などを用いて痰血を取り除くと血圧が落ちる場合があります。

「陰証の高血圧」

1) 血虚型: 身体の新陳代謝は亢進気味で、体力消耗状態の方です。瘦せて皮膚はカサカサに乾いており血圧も高い状態です。血虚の基本方剤である四物湯や七物降下等湯を用います。

2) 腎虚型: 漢方では腎は生命力の根本です。年齢と共に生命力が枯渇し、特に生殖機能をつかさどる下半身の機能が衰えて、腰の冷え、膝の脱力、夜間の頻尿などの症状が現れることを漢方では腎虚と呼んでいます。老人は腎虚の人が多く、一般的には八味地黄丸を用いると血圧が高い人も低い人も腎虚の改善と共に、正しい血圧に復することが知られています。

次回は糖尿病の漢方治療について考えてみたいと思います。

【お問い合わせ先】菊池養生園保健組合 TEL0968-38-2820 (代表)

※お気軽におたずねください



畜産科学科中家畜専攻 誕生から出荷までを手掛けた豚肉を販売

畜産科学科では1・2年生で家畜の飼育・管理・繁殖など中家畜全般を学び、3年生で好きな専門部門へ。中家畜専攻の生徒らは、豚の生命誕生から出荷までを手掛けた「豚肉」の試食販売会で、悲しい気持ちとうれしい気持ちを交差させ、更なる学びと研究意欲を燃やしています。

中村咲琶さんは動物が好きで入学したものの、豚の管理も豚肉も苦手だったといいます。しかし、学びを進めるうちに豚が好きになり豚を専攻。精液採取から人工授精をし、命を誕生させたときにとても感動し、更に好きになっていったそうです。中村さんは「大切に育てた豚をおいしく食べてもらい、いたいたいた命を大切にしてほしい。販売会で試食したお客様が『おいしい』『おいしかったからまた買いたい』という言葉がうれしい。将来は大学でもっと学び、農業高校の教師になりたい」と夢を語りました。

※豚の精液採取から繁殖管理を生徒たちの手で行うのは熊本県内の高校で唯一菊農だけです。エサにもこだわり食品廃棄物 (food waste) 食品ロス (food loss) のパンや豆腐粕、あられ、環境にやさしいエコフィード (リサイクル飼料) を与える。3年生が種付け、分娩介助を行い約半年肥育してきた豚を「WL豚 (うるとん)」として、畜産流通センターで食肉用に処理して販売しています。

※試食販売会は2024年から始め、2025年は4月にゆめタウンはません、10月に合志物産館「志来彩菜」で開きました。生徒らは「かわいい子豚が成長し、肉となり販売されるのは、悲しい気持ちとうれしい気持ちで複雑な気持ち。でもおいしいと言ってもらえるとうれしい」と話しました。



販売会に参加した高校生(合志市の店舗で)

農業科SDGs(持続可能な開発目標)プロジェクト班 生徒考案の「竹チップコンポスト」販売開始

農業科SDGs(持続可能な開発目標)プロジェクト班が「竹資源を活用した脱炭素社会の実現にむけて」をテーマに、2019年から取り組み開発した「竹チップ使用段ボールコンポスト」が待望の商品化。(株)くまもとKDSグループが販売窓口となり高校生の活動を支援。試作からコンポスト使用試験などに関わったJA菊池女性部も協力。2025年10月から販売を始めました。

本格販売に向けた10月28日、PR用動画などを作成しました。JA女性部員が試験使用を経て、使い方や使った感想などをカメラに向けたPR。泗水支部の村上保代さんは「コンポスト活用で家庭ゴミが大幅に減った。廃油も処理できる。竹チップの消臭効果もいい」「3か月後に堆肥化したものを菜園や花壇に入れると作物の生育もいい」と話しました。

販売者として支援するKDSグループの永田佳子代表は「地域課題である放置竹林の有効活用に真摯に取り組む高校生の姿に感銘を受け支援を決めた。これからもしっかり応援していきたい」と話しています。



「竹チップ使用段ボールコンポスト」を前に、KDSグループ永田代表(左)、JA女性部員(右)と意見を交わすSDGs班の生徒ら

※コンポストセットは専用段ボール・基材(竹チップ入り土壌)・発酵促進剤で1100円(税込)。段ボールを除く基材と発酵促進剤のみを希望の場合は660円(税込)で販売する。注文受付は、菊池自動車学校(菊池市木柑子1427 TEL:0120-374-571)、熊本ドライビングスクール(熊本市北区楠6-25 TEL:0120-373-634)

まんまキッズスクール

第4回 11月1日
もちつき・おにぎりづくり



第4回はJA本所で杵と石臼を使ったもちつき体験とおにぎりづくりをしました! 昼食の時間では、楽しく会話をしながら交流を深めました♪

もちつき

青壮年部・女性部のみなさん



きねで上手につきました!!



もちの真ん中をついてね~



かっこいい!!



みんなでかけ声をかけました



かっこいい!!

おにぎりづくり

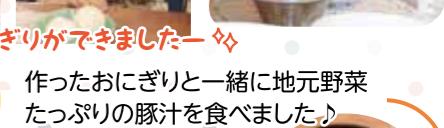
紙コップを使って“コロコロおにぎり”をつくり、菊池産の新米を味わいました♪



昼食



よく見てね!!



おいしい!!

JAバンク

ATMなどのサービスの一時休止のお知らせ

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。
このたびJAバンクはお客様へのサービスや利便性の向上を目的としたシステム更改に伴い、誠に勝手ながらATM・JAネットバンクなどのサービスを一時休止させていただきます。ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

休止日

すべてのサービスが休止

県内JAのATMとJAネットバンクサービスはご利用可能

1.11

日

一部取引休止
17:30-24:00

1.12

月・祝

一部取引休止
0:00-12:00

1.17

土

全取引休止
21:00-24:00

1.18

日

全取引休止
0:00-8:00

2.15

日

全取引休止
6:30-12:00

下記期間中は、対象地域以外のJAバンクの口座でのお振込につきましては、即時入金されないほか、翌営業日の扱いとなります。また同時ににおける受取人口座確認機能サービスはご利用になれません。予めご了承ください。

1.11日 終日
1.12月祝 終日

休止する
サービスJAバンクの
ATM他金融機関・
コンビニなど提携ATMJAネットバンク
サービスジェイ
デビット

熊本県農業公社(農地中間管理機構)からのお知らせ

円滑な農地の貸し借りを公的な立場でサポートします。

熊本県農業公社は、

4つの安心の仕組みで農地の貸借をお手伝いします

- 県知事の指定を受けた県内唯一の機関です
- 市町村に窓口手続きを代行いただいている
- 市町村農業委員会総会の審議を経て手続きを行います
- 県知事の認可・公告を経て契約が成立します



手続きは市町村の農政担当課または農業委員会に受付窓口を代行していただいております

公益財団法人 熊本県農業公社
Tel 096-213-1237

* 金融部から

定期預金「ウインターチャンペーン2025」のご紹介です



©よりぞう

JA菊池 定期貯金

ウインターチャンペーン

キャンペーン2025

令和7年11月4日(火)～令和8年1月30日(金)まで

対象者

ご契約いただける方は、個人及び農業法人(組合員)の方に限ります。



新規10万円以上 (1年以上) お預けで
店頭表示金利に

0.2%上乗せ
税引き後 年 (個人0.159%、法人0.169%)



既存の定期貯金に10万円以上の増額
(1年以上) で店頭表示金利に

0.1%上乗せ
税引き後 年 (個人0.079%、法人0.084%)



以下の①～④のいずれかの
条件を満たす方は更に

0.025%上乗せ
税引き後 年 (個人0.020%、法人0.021%)

①JA菊池の口座で給与をお受け取りの方 ③JA菊池でiDeCoまたは投資信託をご契約の方
②JA菊池の口座で年金をお受け取りの方 ④令和7年度内に組合員新規加入または加入申込みいただいた方
(准組合員含む)



(令和7年11月4日現在店頭表示金利と合わせて)

預入期間1年で最大0.5%!

税引き後 年 (個人0.398%、法人0.423%)

※既に当JAにお預け入れいただいている定期貯金解約後の新規ご契約は、キャンペーンの対象外となります。

- キャンペーン金利を適用する場合は、お預入日から初回満期日までの当初お預入期間のみとさせていただきます。
- 自動継続後は店頭表示金利を適用します。
- キャンペーン金利は、今後の金利情勢その他の事情により、変更する場合がございます。
- 解約された場合は、解約時の当JA所定の中途解約利率を適用させていただきます。
- お利息には復興特別所得税を付加した20.315% (個人)、15.315% (法人) の税金がかかります。
- 本商品は貯金保険の対象です。同保険の範囲内で保護されます。詳細はお近くのJA窓口でご確認ください。

お問い合わせ・ご相談は

■ 菊池中央支所	TEL0968-24-1111	■ 合志中央支所	TEL096-248-1120
■ 七城中央支所	TEL0968-25-2148	■ 西合志中央支所	TEL096-242-1163
■ 旭志中央支所	TEL0968-37-3132	■ 大津中央支所	TEL096-293-3214
■ 泗水中央支所	TEL0968-38-2711	■ 菊陽中央支所	TEL096-232-2212
		■ 本所	TEL0968-23-3504

JAバンク
JA菊池





新年明けましておめでとうございます

お正月パズル

シークワーズ

問題 「ハツヒノデ」と「ハツモウデ」は、どちらが多いでしょう？

盤面に隠された言葉を見つけ出すパズルです。探すべき言葉は、タテ、ヨコ、ナナメ45度で、一直線に読めるように入っています。途中で文字を飛び越えたり、折れ曲がって読んだりしてはいけません。同じ文字を何度も使うこともあります。

例題では「はつゆめ」だけを探しますが、右の問題では「ハツヒノデ」「ハツモウデ」の2種類の言葉を、それぞれいくつあるか探してください。どちらの言葉のほうがたくさん入っているでしょうか？

【例題】

はつゆめは
めつめめは
はゆゆつ
つつめゆ
はつははめ

はつゆめは
めつめめは
はゆゆつ
つつめゆ
はつははめ

例題の答え:6個



漢字合わせ札

ある2字の熟語を、それぞれ4つに切断して、ばらばらにしてしまいました。

問題 うまく組み合わせて、元の熟語を当ててください。



スリザーリング

ルール

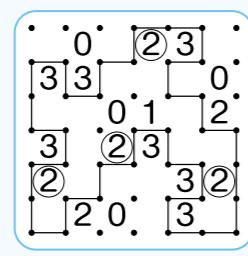
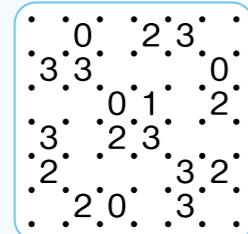
- 点と点の間をタテ・ヨコの線で結び、全体で1つの輪つかを作りましょう。
- 4つの点が作る正方形に囲まれた数字は、その正方形の辺に引く線の数を表しています。数字のない正方形には、何本の線を引くか分かりません。
- 線を交差させたり、枝分かれさせたりしてはいけません。

考え方

例題で解き方を覚えましょう。左上に、0と3が縦に並ぶところがありますね。0の周りには線を引かないので、その下の3は0と接しない3辺に線を引くことが分かります。そうすると、その左にある3の線の引き方も決まりますね。数字のない正方形は何本の線を引くのか最初は分かりませんが、他の部分の線を伸ばしていくと、全体の線のつながりが見えてきて、引き方が決められますよ。どこにもつながらない線ができたり、輪つかが2つ以上になったりしないように、注意しながら解いてください。

【例題】

出来上がった輪の中に、2は何個入ったでしょうか？



例題の答え:4個

みんなのページ

出題●ニコリ イラスト●信吉 答えは26ページにあります

ハハツハツモウデ
ツヒデツデツハノ
モツデノヒツハヒ
ウハヒモヒハハツ
デツノノウツツハ
ハモデハモヒハツ
ツウツウノノツノ
モデモウデハハ

ページ

お便り

●野菜がおいしくて、特にサツマイモは料理やお菓子によく使います。子どもがいっぱい食べててくれてとてもうれしいです。
(ホウ)

●食農教育の重要性を再認識しました。子どもが魚の絵を描いたのですが、魚の姿ではなく、「切り身」でした。私自身も生の魚を目にしない中で、これは当然の結果だと思います。もう少し大きくなったら、釣りに連れていこうと思います。
(ミツオ)

●菊農畜産科学科乗用馬専攻では、乗用馬に関心を持ってもらいたいと2024年から乗馬体験会や、出前講座で馬についての話を幼児や小学生に行っています。2026年は午年(馬の年)。馬に関心を持ってもらえたたらと思います。また、生徒らによる蹄鉄(ていてつ)雑貨も作成しています。菊農に遊びに来てください。
(菊農畜産科学科)



2026年は「午(うま)年」です。

菊農生手作り
蹄鉄雑貨



JA菊池ふれあいの旅 日本のすばらしい伝統と自然を満喫!!

菊陽 アルペングルートと白川郷へ

合志 青森・秋田へ



なまはげ館

旅のことなら旅行センターへ
他社商品(JTB・阪急公社・タビックス等)の
申し込みもお受けしています



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8年1月10日(土)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7回 R7.10.29)

【業務報告】

- 主要業務処理頃末
- 組合員の加入および脱退予告
- 事業経費
- 9月末事業実績
- 令和7年度子会社上期仮決算報告
- 自主検査結果報告(令和7年8月検査分)
- クレーム・苦情等対応状況(第2四半期)報告
- 事務ミス等の発生状況(半期)報告
- 令和7年度監査総括(中間)報告
- 令和7年度第2四半期末余裕金運用状況及び評価報告
- 令和7年度第3四半期余裕金運用計画額及び運用方針
- 県域ローンセンター媒介業務実績(半期)
- 令和7年度JA共済コンプライアンス点検結果および改善方針の概要
- 第12次地域農業振興計画進捗状況(令和7年度上期)
- 支所活動計画進捗状況(令和7年度上期)
- 反社会的勢力排除対応管理先対応状況報告(第2四半期)
- 疑わしい取引の届出状況報告(第2四半期)
- 確定債権の経過
- 令和7年度上期随時監査報告【赤星常勤監事】
- 青壯年部・女性部報告
- 理事会付託事項専門委員会報告
- 県連理事会等の主要協議事項

【議題】

[第1号議案] 令和7年度上期仮決算
 [第2号議案] 就業規則の改正
 [第3号議案] パートタイマー就業規則の改正
 [第4号議案] 育児休業規程の改正
 [第5号議案] 介護休業規程の改正
 [第6号議案] 令和7年度肉用牛経営安定対策補完事業に係る繁殖雌牛の増頭に資する簡易牛舎の貸付
 [第7号議案] 子会社との利益相反契約の承認
 [第8号議案] 「お客さま本位の業務運営に関する取組方針」見直し
 [第9号議案] 理事の利益相反契約(1件)
 [第10号議案] 利息減免期間延長申請(1件)

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5回 R7.11.18)

【審議事項】

- 令和7年度上期監事監査指摘事項

【報告事項】

- 令和7年度監査総括(中間)報告
- 令和7年度内部監査品質自己評価
- 令和7年度みのり監査法人監査I「期中監査①」気付き事項メモ
- その他

以上について審議報告されました。

無料相談会のお知らせ (組合員向け)

弁護士法律相談会

1/7 (水) 午後1時半より

場所:JA菊池本所応接室
 予約は12月26日(金)まで地元の中央支所へお申込みください。

税理士相談会

1/14 (水) 午後1時半より

場所:JA菊池本所応接室
 予約は1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

1/14 (水) 午後1時より

場所:泗水中央支所
 電話:0968-38-2711

社会保険労務士年金相談会 年金についての無料相談会のお知らせ

開催日時 場所
 1月31日(土) 9:00~12:00 西合志中央支所
 電話:096-242-1163
 13:30~16:30 泗水中央支所
 電話:0968-38-2711

※前日までに管内の貯金窓口、またはお電話でお申込みください。

ミズグッチーレポート

『秋の感謝祭』 ご来場ありがとうございました!



11月15日(土)・16日(日)の2日間、本所・パシオンで開催した感謝祭!同時に農機・自動車・生活用品の展示会も開かれ、たくさんの方々にお越しいただき誠にありがとうございました♪
 オープニングイベントのもち投げから始まり、ステージショーや食のイベント、米のすくい取り、抽選会など、会場は大盛り上がりでした!

前年のご意見等を参考に、今年はキッチンカーなどの食イベントを拡大し、飲食スペースも広げてみましたがいかがでしたでしょうか。組合員や利用者の方々に喜んでいただけるよう

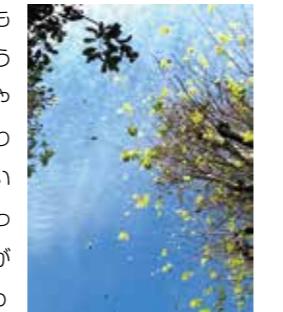
なイベントとなるよう努めてまいりますので、今年の感想やご意見もぜひお聞かせくださいね!

ミズグッチーも運営スタッフとして参加し、来場者の方に『大阪万博の某キャラクターと同じ色合いだね!』とマスコットと一緒に写真を撮ってもらいました(笑)

Instagramも見てね! "kikuchimanmarche"

あとがき

馬の撮影をしました。馬さんもライダーもカッコイイ~!! 新しい年「丙午(ひのえうま)」を迎えるに向け、前向きなエネルギーで、さわやかに駆け抜ける年にしたいですね。わくわくする気持ちをいつも忘れないで、新しいことにもチャレンジしたいと思います。きっと、皆さんにとって幸多き年となり、笑顔がたくさんあふれますように…。 Riko



《表紙紹介》菊池農業高校 畜産科学科 乗用馬専攻

乗用馬:フラール・ダンジュ ライダー:成迫宗一郎さん (専攻科3年生)



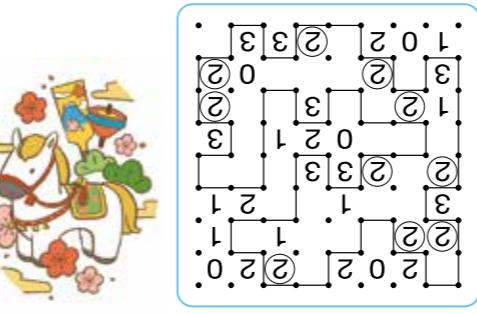
馬に騎乗している成迫さんは「日々の練習で磨いてきた技術と経験を活かし、卒業後は乗馬クラブのインストラクターとして馬に携わっていきます」と笑顔で話し、乗馬の姿を披露してくれました。馬のフラール・ダンジュは、子どもに優しい元気いっぱいの女の子です。

※撮影にあたり、乗用馬専攻3年生の川口裕真さん、栗山ないさんが厩舎(きゅうしゃ:馬がいる部屋)の案内や説明、撮影協力サポートをしてくださいました。

乗用馬専攻では、日々の管理に加えて地域の小学生や幼稚園児を対象とした体験乗馬教室を行っています。初めて馬と触れ合う子たちが多く、最初は緊張したり、馬が動き出すと笑顔になったり、想像以上の高さや大きさに驚いて思わず声をあげる子がいたり様々な反応を見ることができます。その姿を見て馬が持つ魅力を実感しています。



1月の運勢	おひつじ座 3/21~4/19	おうし座 4/20~5/20	ふたご座 5/21~6/21	かに座 6/22~7/22	しし座 7/23~8/22	おとめ座 8/23~9/22
モチ・カサン	①緊張感を持って事に当たれば道が開けます。一つ一つ丁寧に前へ進めていきましょう。下旬に変化の兆しあり ②疲れを感じたら無理をしないこと。休めば回復 ③セリ	①力になってくれる人は身边に。相談すれば役立つ話を聞けそうです。旅行、外出はいつもより遠出を。海外も◎ ②スポーツを楽しめる好調運。下旬は慎重に ③ナバナ	①気になっていることがあっても様子を見て。時間があなたの味方をしてくれます。情報をよく集めましょう ②気になるところは早めにケアを。健診もお勧め ③レモン	①ドキッとするこのある吉凶混合運。プラス面に目を向けて。ポジティブ思考がツキを引き寄せます。古物が吉 ②けがに気を付けて。動く前に準備運動を ③シングル	①周囲の世話を焼くのは◎。ただ見返りを求めるゴクシャクしだします。善意ができる範囲にとどめ ②適度な運動が体調維持の鍵。ストレッチが吉 ③セロリ	①勢いのある好調運。実力をアピールすれば念願がかないます。すぐには諦めず強気で。華やかな場所にツキあり ②良好です。体を動かしてパワーアップ! ③長ネギ
幸運運体運	②てんびん座 9/23~10/23	③さそり座 10/24~11/22	④いて座 11/23~12/21	⑤やぎ座 12/22~1/19	⑥みずがめ座 1/20~2/18	⑦つお座 2/19~3/20
運	①壁を越えるチャンスです。難しいと感じていることにこそ熱心に取り組んで。良い解決策が見つかります ②ペース配分が大切。下旬は運動量を増やして◎ ③小松菜	①コミュニケーションが活発化。たくさんの人と会うほど幸運に恵まれます。調べものや勉強にも良いときです ②大きく深呼吸。腹式呼吸で酸素不足を解消して ③ユリ根	①高め安定運。心配事が解消へと向かいます。おいしいものを食べて活力アップ! 季節限定のメニューを楽しんで ②喉をよくいたいわって。カリンや蜂蜜が味方に ③伊予柑	①とてもパワフルな主役運。周囲への影響を意識して動きましょう。大きな成果を得られます。出会いを大切に ②ヘッドマッサージで血行を促進。髪のケアも◎ ③芽キャベツ	①上昇運です。順を追うように整ってくので流れに任せ周囲の言葉に耳を傾けるとチャンスをつかめます ②バランスの良い食事と運動で免疫力をアップ ③キンメダイ	①望んでいた方向へと歩み出しができるとき。決意を持つて事に当たりましょう。助けになってくれる人も近くに ②肩甲骨のストレッチを。肩凝り解消にも効果あり ③ミズナ
幸運運体運	④みずがめ座 1/20~2/18	⑤いて座 11/23~12/21	⑥やぎ座 12/22~1/19	⑦つお座 2/19~3/20	⑧みずがめ座 1/20~2/18	⑨いて座 11/23~12/21



答文:10回

答文:11回

答文:算数

算数合本教材

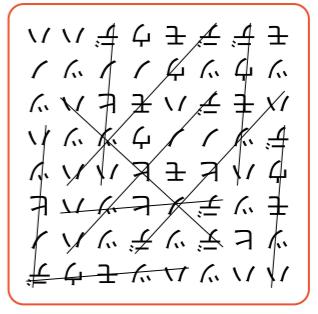


図4=5=6=7=8=9=10=11=12=13=14=15=16=17=18=19=20=21=22=23=24=25=26=27=28=29=30=31=32=33=34=35=36=37=38=39=40=41=42=43=44=45=46=47=48=49=50=51=52=53=54=55=56=57=58=59=60=61=62=63=64=65=66=67=68=69=70=71=72=73=74=75=76=77=78=79=80=81=82=83=84=85=86=87=88=89=90=91=92=93=94=95=96=97=98=99=100

答文:11回

算数合本教材

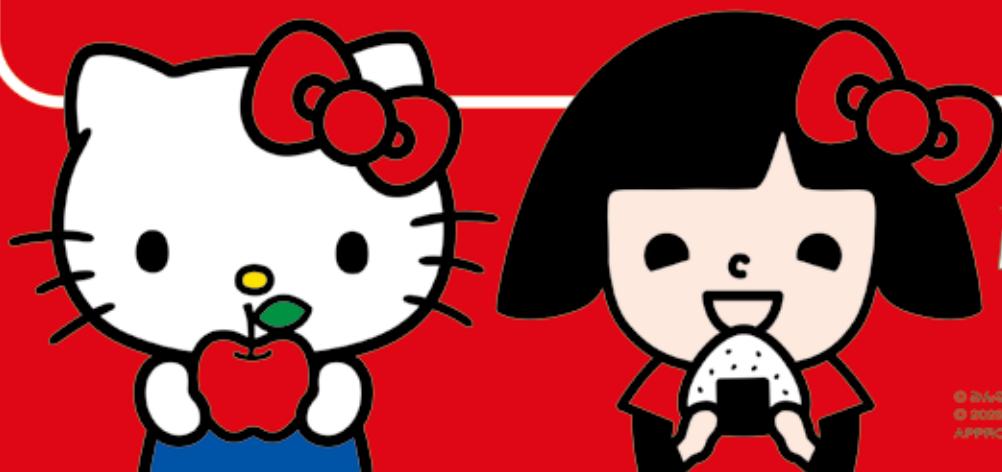
笑味ちゃん × HELLO KITTY

いっしょに、



こく しょう こく さん 国消国産!

「国消国産」は、「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」という考え方です。子どもたちの世代に「食」の安心をつなげていくために。いっしょに「国消国産」を進めていきましょう。



© みんなのよい食プロジェクト
© 2025 SANPRO CO., LTD.
APPROVAL NO. L660099

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**

JA菊池
斎場

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

虹のホール とよみず
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

2026
1月号
No.439

発行／菊池地域農業協同組合
発行日／2025年12月10日
編集責任者／倉原 治利
編集室／総務部企画広報課

TEL 0968 (23) 3500 ● FAX 0968 (23) 3515
印刷／株式会社
〒869-1205 熊本県菊池市旭川1875番地
TEL 0968 (23) 3500 ● FAX 0968 (23) 3515

ホームページ→<https://jakikuchi.spice.ocn.ne.jp/>
eメール→ja-kikuchi@spice.ocn.ne.jp