

2026

とれたて情報ハートのかけはし

4

いぶき

kikuchi no marmo
きくちのまんま

JA 菊池

JA 菊池

JA 菊池

同じようでも少し温かいね

秋冬ニンジンから春ニンジンへ
あまくて、みずみずしい!
新鮮なうちに
皮ごと味わってください



人参部会長 上田 晃太

耕そう、大地と地域のみらい。



KIKUCHIMANMARCHE
Instagram
きくちのまんまチャンネル



Youtube
きくちのまんまチャンネル



LINE
きくちのまんま



AI選別機



12等階級に選別



箱詰めされて予冷庫へ



ロボットパレタイザ



リニューアルした出荷箱



菊池地域は 県内トップのニンジン生産地

春ニンジンは特に皮も薄く甘みがあり、サラダ(生食)やジュースでも美味しくニンジンです。新鮮なうちに皮ごと味わってください。

人参部会長 上田 晃太

あまくて、みずみずしく、柔らかい！

人参部会

こんにちは 東です -28-



第50回 J A 植木まつり大盛況！

今年第50回を迎えたJA植木まつりにはたくさんの方にご来場いただき、心より感謝申し上げます。庭木は花木やヤシ、ソテツが人気で、低価格の盆栽は若年層の購入者も多くみられました。部会員の皆さんが愛情込めて育てたものを多くの方に観て楽しんでいただけたのではないかと思います。生産者直売だからこそ、栽培のポイントなどを生産者に対面で聞くことができる、とても価値のあるイベントだと感じてます。部会員の皆さまにおかれましては、約1か月間寒中大変お疲れさまでした。*詳しくは9ページをご覧ください。

組合員の皆さまのご支援とご協力に、心より感謝申し上げます。令和8年度もどうぞよろしくお願いいたします。

J A 菊池代表理事組合長 東 哲哉



昨年11月に稼働開始したニンジン選果場



選果場担当 島田職員 上田部会長

も く じ

- 人参部会/こんにちは東です 2・3
- 未来に向けた変化成長 4~7
 - アスパラガス・白ネギ・カンショ・ゴボウ・イチゴ
 - 花卉部会・広報委員会・ワークショップ
- まんまファイル 管内の出来事 8・9
- 青壮年部(全国大会報告)/地上・家の光紹介 ... 10・11
- 女性部(対話集会報告)・支部活動 12・13
- くらしのヒント:認知症を予防する食生活 14・15
- 麦作通信/生産資材課からのおすすめ 16・17
- 菊農通信/食育活動..... 18・19
- 養生園から/漢方の話⑤ 20・21
- みんなのページ/クイズ 22・23
- 共済部・JA-SSからのお知らせ 24・25
- 理事会報告/相談会日程 27

春ニンジンは、11月~2月中旬に播種を行い、4月~6月にかけて出荷します。この時期、管内南部地区の圃場では多くのトンネルビニールが張られており、その多くでニンジンの栽培が行われています。主な品種は「愛紅」「紅つゆ」「つゆ」です。主な品種は「愛紅」「紅つゆ」「つゆ」です。主な品種は「愛紅」「紅つゆ」「つゆ」です。

菊池地域は県内トップのニンジン生産地です。管内でも菊陽町・大津町は、農林水産大臣が指定する「国指定産地」にも登録されています。「黒ボク土」という火山灰を多く含んだ土壌が通気性排水性保水性を有していることや、阿蘇山からの吹きおろしの風が適した気温・湿度となり栽培に適しているといわれています。

近年は播種期の高温や局地的な豪雨、生育期の乾燥など自然環境に苦慮しながら栽培をしています。部会では産地に適した試験品種の導入や土壌保水材を使用した試験栽培にも取り組んでいます。昨年11月に稼働を開始した「人参選果施設」では、収穫されたばかりの泥付きニンジンが持ち込まれ水槽で泥を落とし、洗浄後、選別を行います。3LからSまで、大きさや形、品質で12等階級に振り分け、箱詰めして市場の要望や用途に合わせて出荷します。選果量は以前の選果機より倍となる最大日量60トン選果できる設計です。選別はAI選別機と作業員によって行われ、箱詰めされた製品はロボットパレタイザも使用してパレットに振り分けられます。

令和7年産：部会員60戸
栽培面積：131.5ha
出荷期間：「春」4月~6月
「秋」11月~3月
出荷先：「個選」姫路、岡山、熊本
「共選」京都、広島、岡山、福岡、熊本

“きくちのまんまブランド”の魅力伝える販売会

甘藷部会 R8.1.27 岡山県

岡山県の天満屋ハピータウン原尾島店で販売促進会を行い「べにはるか」と「ほりだし君(高系14号)」をPR。部会女性部役員ら7人が参加しました。

売り場では、貯蔵されて甘みが増した「べにはるか」の焼き芋の試食を提供。「あま〜い!しっとりとした食感でとてもおいしい」と好評で、多くの買い物客でにぎわいました。

女性部長の田中百合子さんは「対面で試食を提供し、消費者の“おいしい”という言葉が嬉しかった。生産の励みになる」と笑顔で話しました。大田黒裕樹部会長は「しっかり貯蔵されたことで甘みが増し、自信を持ってオススメできる。たくさんの人に味わってもらいたい」と話しました。



カンショ試食販売会

ゴボウ部会 R8.2.7 兵庫県

「菊池水田ごぼう」の魅力を知ってもらおうと、兵庫県のコープこうべのスーパーマーケット「シーア」で販売促進会を行いました。部会女性部役員の中川眞須美さんと今村八重子さんが買い物客にレシピを手渡し、おいしい食べ方などを伝えました。

出荷前に生産者が洗い、水に浸すことで灰汁(あく)が抜け、購入後すぐに調理できるので消費者にも喜ばれています。

手渡したレシピは同部会女性部が考案したオリジナル。ゴボウのポタージュや餃子など10品のレシピが掲載されています。

中川さんは「消費者との交流ができ、とても楽しかった。産地として誇りをもち、更に品質の統一に力を入れたい」と話しました。



菊池水田ごぼうをすすめる役員

イチゴ部会 R8.2.13 東京都

旬を迎えたイチゴ「ゆうべに」の魅力を発信するため、東京都のフレッシュワン大丸東京店で販売促進会を行いました。部会女性部役員ら3人が店頭で立ち、試食を提供し買い物客へおいしさを伝えました。

部会女性部長の栃原和子さんは「ゆうべにを知ってる方もいて嬉しい。多くの人に知ってもらいたい」と話しました。

試食した買い物客は「程よい酸味があっておいしい。パッケージも可愛くて購入したいと思った」と笑顔で話し、250グラム入りのパックイチゴを買い求めました。

近年イチゴの品種が増えているため、消費者から選ばれる産地を目指し継続した宣伝活動に努めていきます。



イチゴ販売促進会

春芽アスパラガス 出荷始まる 品質良好

春芽の出荷が2月20日に始まり、初日は50.6キロを県内の市場へ出荷しました。3月中下旬に最盛期を迎えます。今後は大阪、名古屋にも出荷予定。春芽は5月、夏芽は6月~10月まで続き、計123.4トンの出荷を目指します。

生育は順調で品質も良好。春芽は柔らかく甘味があります。3Lや2Lなどの太めの出荷があり、市場からも高評価を得ています。



アスパラガス選果場

豊作願い込め 残茎バーナーで除去

春芽の出荷前に、親株を刈り取った後の残茎などを焼却する作業を行いました。焼却はバーナーを使い、茎枯病の病原菌を殺菌し、病害の発生を抑制します。新芽の元を傷つけないように注意が必要な作業です。就農2年目の横田大作さんは、初めての収穫に向けて、管理作業を入念に行います。横田さんは「新規向けの栽培講習会や、先輩方の話を聞きながら作業を進めてきた。収穫を前に緊張する。バーナーでの焼却もドキドキ、指導員にアドバイスを受けながら丁寧に行っている」と話しました。

※残茎とは、収穫後に畑に残る茎やつるの残骸です。



バーナー除去作業を行う横田さん

白ネギ 甘味増し 順調に出荷中

1月下旬に出荷最盛期を迎えました。品質良好で、甘味があり、柔らかいと好評です。旭志のJA野菜集荷所では、週3回日量300~400ケース(1箱3キロ)を県内3つの市場に出荷しています。出荷は昨年11月下旬から始まり、出荷時期を延ばして4月までの出荷を目指します。

畜産が盛んな管内は、耕畜連携の良質な堆肥でふかふかな土づくりを行い、栽培しています。



出荷調整作業

県内の販売強化 試食販売会

試食販売会を1月31日、熊本市の鮮ど市場東部店で開きました。旬の時期を迎え、県内での販売強化を目的に開きました。店舗入り口の特設売り場で、販売員がおいしい食べ方などを伝えました。

試食販売会ではごま油で焼いた白ネギを用意。一日で400袋を販売しました。

工藤満雄部会長は「ネギの魅力を知ってもらおう良い機会だった。甘味を増した白ネギを多くの方に食べいただき、寒い時期を乗り越えてほしい」と話しました。



白ネギ試食販売会

消費者の“共感”を得る情報発信を

広報力強化の一環として1月29日、パシオンで広報委員会を開きました。各部署・中央支所の広報委員ら22人が参加し、令和7年度広報活動計画の進捗(しんちょく)状況の確認と、令和8年度の活動について意見を交わしました。

東組合長が「広報委員からの情報提供で充実した広報活動ができています。農家が安心して作り続けるために「国産国産」や「地産地消」の大切さを消費者へ一歩ずつ伝えていこう」とあいさつ。参加した委員は「消費者が農家の想いに共感してもらえる工夫が必要」「組合員にわかりやすく、楽しいと思ってもらえる情報発信ができるよう努力したい」と話しました。

広報委員会は年2回行い、職員の知識と意識の向上に努めています。今後も広報誌やコミュニティ誌、ホームページやSNSなどを通じて組合員や地域住民への情報発信に力を入れてまいります。



広報誌について意見を交わす職員



ワークショップでベジタブルアレンジメント

2/14 農産物市場「さくちのまんま菊陽店」の14種類の旬野菜を使って、ベジタブルアレンジメントを作りました。

ワークショップを通してJAを身近に感じてもらいたいと企画。地元野菜をもっと知り、味わってほしいと地域の方に呼び掛け、15人の参加がありました。JA菊池直営焼肉レストラン「まんまキッチン」を会場に、大津町でフラワーアレンジメント講師をされている矢野功子さんに来ていただき教えてもらいました。ニンジン、サツマイモなどの根菜やイチゴやトマトなどを竹串に刺し、オアシスにアレンジ。隙間は葉物野菜で埋めて、個性豊かなアレンジが出来上がりました。

バレンタイン企画として2月14日に行い、JAの事業についての話も聞いてもらい、参加者には興味を持って楽しんでもらうことができました。

今後も、楽しんでもらえるワークショップを開き、JAの理解促進と利用拡大を図ります。JAは農業者以外の方にも利用できることを知ってもらい、地域住民にとって拠り所となるJAを目指していきます。



娘と試行錯誤して楽しむ親子



野菜で作るアレンジメントを初めてしたカッセル



上手にできたよ

花農家創出のきっかけに 生産現場を見学

管内の学生・生徒向けに「花き後継者候補生産現場見学会」を1月29日に開きました。管内の圃場を見学し、生産者との交流による花き就農者の契機創出目的として、昨年度に引き続き2回目の開催です。見学会には、県立農業大学校1年生と菊池農業高校2年生の花きを専攻する学生、関係者ら20人が参加しました。県北広域本部、市町、JA菊池で構成する熊本県花き協会菊池支部が主催。

学生らは、花き部会上田功さん(菊池市)から宿根カスミソウとトルコギキョウのハウス栽培を学びました。栽培管理や経営について積極的に質問し、上田さんとの交流を深めました。県立農大の山下浩樹さんは「将来、菊池地域で花農家を目指している。栽培についての知識も得ることができ、将来について深く考える良い機会になった」と笑顔で話しました。企画した県北広域本部担当者は「菊池地域は宿根カスミソウの日本有数の産地。学生に花の魅力を感じてもらい、未来の花農家創出のきっかけになればうれしい」と話しました。営農企画課からはJA研修制度の説明をしました。



上田さんの説明を熱心に聞く学生ら



カスミソウ研修生育成 他産地から学ぶ



研修生 松岡さん 受入農家 阪本さん



生産現場を視察

花き新規就農研修生向けの先進地研修を県内で行いました。令和9年に就農予定の研修生と受入農家、JA関係者ら5人が参加。県の花き品評会を視察後、上天草市と宇城市でカスミソウのハウス栽培を見学し、技術などについて知識を深めました。

研修生の松岡大輔さんは「気候条件などで品種や栽培方法も違い、驚きと発見があった。さらに知識を深め、就農の準備に努めたい」と話しました。

花担当の富田指導員は「他産地から学んだことも生かしながら就農につなげてほしい。受入農家の阪本さんと一緒にしっかりサポートしていきたい」と話しました。

JA菊池では、新規就農希望者に対する研修事業(新規就農者育成事業)を実施しています。日本一の生産量を誇るカスミソウの産地を守ろうと令和5年度に研修品目を追加しました。産地維持のため、部会員が受入農家として研修生へ栽培技術等を伝承し、関係機関と連携した新規就農希望者の受け入れと育成に取り組んでいます。地域の組合員の皆さまに温かく見守っていただき、新規就農者に対するご指導・ご支援をどうぞよろしくお願いいたします。

第50回JA植木まつり 樹芸部会を激励

東哲哉組合長と常勤役員は2月4日、JA植木まつりの成功と出店者の労をねぎらい、陣中見舞いを贈りました。会場には庭木をはじめ、花鉢や苗物の他、庭園の展示、いも天など地域自慢の特産物が勢ぞろい。樹芸部会から18戸が出店し、会場を盛り上げました。



菊池支部 榎敷野さん



東組合長と大嶋部会長



大津支部 角さん



旭志支部 有田さん



泗水支部 松岡さん



西合志支部 梅田さん



庭園展示



おかげさまで50回目



「JA植木まつり」は、県内の農家が生産した良質・低価格な庭園用樹木や特産物などを直売する人気のイベントです。緑化木事業の振興・発展とJAの特産品づくりの振興を目的に開催され、消費者とのふれあいの場にもつながっています。第50回は1月24日～2月23日の31日間、熊本県農業公園で開かれました。



ずらりと並ぶ梅や松などの盆栽



第1回から出店する西口さん

樹芸部会の西口さんは、第1回目からの出店者です。今回はこけ玉や鉢物、苗物、落葉樹など300点以上を出品。人気のこけ玉は約150玉を植木まつりのためだけに1年かけて心を込めて準備されたそうです。



大人気こけ玉



あげたてサクサクいも天に行列

准組合員に感謝をこめて JA菊池ふれあいフェスタ



東組合長あいさつ



家の光協会紙芝居を真剣に聞く子供たち



生活事業の説明をする担当者



アンパンマンショーを楽しく観る親子



くじ引きをする子どもたち



お菓子の詰め放題に夢中!



愛情たっぷり♡ 豚汁めしあがれ



ほかほか 買たくさん



七城のこめ 1kgをプレゼント

JA菊池女性部合志支部のみなさんと指導員ら

ほりだしハウス創業20周年 日頃の感謝をこめて

「ほりだしハウス」創業20周年を記念して、1月29日から31日の3日間、来場者に甘酒や手作り「大学いも」の配布を行いました。

「ほりだしハウス」はJA菊池女性部大津支部が平成18年1月29日にいも天販売店舗として立ち上げました。大津町特産品のサツマイモをアピールしたいという強い思いから、1年かけて衣を研究。ホクホクしたサツマイモに合う、揚げたてはもちろん、冷めても美味しいカリカリした衣を作り、20年ほぼ変わらない味で愛されています。

特産の「ほりだし君」を中心に甘藷部会のサツマイモを使ったいも天が人気で平日でも賑わいます。土日は行列ができ、まとめ買いするファンも多く、県外からも訪れています。他にも「菊池水田ごぼう」を使用した風味の良い「ごぼう天」や「野菜天」「ちくわ天」など販売しています。来場者は「ここのいも天を食べてからファンで定期的に通っています。いも天以外も美味しくて、ついついたくさん買ってしまいます」と笑顔で訪れていました。

ほりだしハウス 大津町大津1271-1
営業時間 10:00～15:00 定休日 水曜日
※売り切れたら終了



甘酒をふるまう

手づくり大学いもは連日50人分準備



あげたてサクサク



大人気いも天

ごぼう天

「菊池水田ごぼう」

一つ一つこだわってつくってます



たくさんの方に愛される「いも天」を今後も提供していきます

JAグループ・家の光協会が発行する雑誌のご紹介

『地上』は、農業情勢や経済の動向など青壮年部の皆さんが役立つ情報が満載!消費者や国へ農業者の想いを届けるために必要な学習誌として貴重な媒体の一つだと思っています。
全国の盟友がどのように活動しているか、地域農業を良くしようとしているかなど、盟友同士でも参考にしています!



青壮年部事務局
宮下職員
(総務部総務課)



農業・地域・JAの
リーダーのためのオピニオン誌

『地上』は、地域農業の担い手やJA青年部員、JA役職員などを対象に、1947年に創刊されました。日本の食料・農業・農村をめぐる情勢や、社会・経済の動向を反映した企画で、農協運動に参加・参画する仲間づくり、豊かな地域づくりに役立つ記事を提供しています。

「農業・農政の動きを読み解く企画」

「世界・日本の社会経済を読み解く企画」

「今後のJA・地域を展望する企画」

を3つの柱として、「わかりやすく」「おもしろく」「タイムリー」「役に立つ」をキーワードに誌面を展開します。

家の光 食と農から始まる。 JAグループのファミリー・マガジン

『家の光』は“協同の心”を育む家庭雑誌として、大正14年に創刊しました。

「食と農」「暮らし」「協同」「家族」という4つの柱をたいせつにし、JA組合員をはじめ地域の人々の暮らしに役立つ情報を掲載しています。
2018年12月号より、実用記事を増ページしたり、“ぱっと見てわかる”デザインに変更したりするなど、誌面を大幅にリニューアルし、JAでの活用をより意識した構成となりました。これからも、協同組合のたいせつさやその役割を伝え、JAへの結集力アップにつながる企画、食と農を守り、地域を元気にする企画などを届けます。

私のオススメページは、音羽山観音寺住職の後藤密榮さんの『今日も明日もおかげさんで』です。住職のありがたいお言葉に心が温かくなります。全国の女性部さんの食や農を通じた地域が元気になる活動や、暮らしに役立つ情報もたくさん!ぜひ読んでみてください!



女性部事務局
佐藤係長
(生活部生活企画課)

購読のお申込みは各中央支所生活係へ



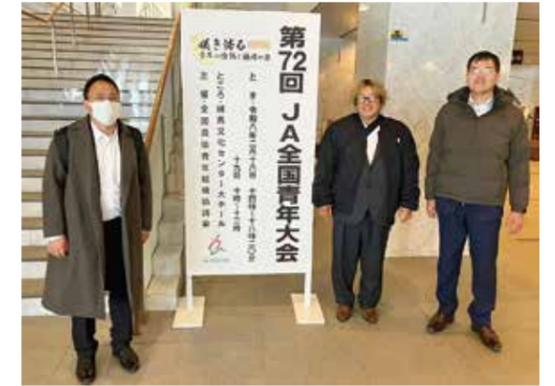
第72回JA全国青年大会に参加しました!

大会スローガン

咲き誇る 青年の情熱と協同の力
～さあ、みんなでやってみよう!～

第72回JA全国青年大会が2月18日、東京都練馬区で開かれ歌丸部長、東副部長、松本副部長、宮下職員の4人が参加しました。全国の青年部員が一堂に会し、未来を案ずるのではなく、我々自らで切り開いていき、部員一丸となって取り組んでいくことを確認しました。

青年の主張では、「未来の種まき」として、困難な状況を嘆くだけでなく、一人ひとりの確かな行動の積み重ねが必要という主張が印象的でした。青年組織活動実績発表では、20年続く田んぼアートで「農産物価格の理解醸成」という直近の課題に結びつけた活動が紹介され、大変参考になる取り組みを学ぶことができました。



坂本哲志議員に陳情書

19日には、農業経営での課題を解決するべく、坂本哲志衆議院議員を訪ね「陳情書」を手渡しました。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。
歌丸部長は「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。



JA阿蘇青壮年部と合同で訪問しました

研修報告 令和7年度 JA九青協経営対策研修会

九州青壮年部協議会経営対策研修会が2月4日、大分県大分市で開かれ、九州・沖縄各県から約200人が参加。JA菊池から菊陽支部の大地支部長と宮下職員が参加しました。

1. 「大分の食と農の魅力を発信」

ピースカンパニーの大田一郎さんと大分放送の甲斐蓉子アナウンサーが、パーソナリティを務めるラジオ番組を通して感じた食や農業への思いなど講演。これまで番組に出演された生産者の話を語られました。



大地 菊陽支部長

2. 「九州から農業を盛り上げよう!!」

事例報告では、水稲、園芸、畜産を営む3名の生産者から自身の経営での工夫などを学びました。「すべて逆算して考える」という姿勢から、年間の給与支払額を出し、そのために必要な経営面積や作業の効率化で収支が成り立つかを事前に計算し、数字的根拠を持って雇用を進めているという話が印象的でした。
トークセッションでは、講師と事例報告者に加え、九青協の浦委員長と久保副委員長も登壇されました。

『家活』しようよ！ マイ防災ボトルを作ったよ！

家の光 2025年12月号

『特集: あると安心防災』を参考に作ってみました。



家の光の特集を参考に「防災学習」をして、防災について話し合いました。



新聞で作る簡易スリッパも作ってみました。



大津内牧「家の光くらぶ」です！



みなさんも作ってみませんか!!

大津女性部「家の光くらぶ」です！

広がる『認知症』マフ

認知症マフは、イギリス発祥の毛糸で編まれた筒状の手芸作品。表面や内部にボタン、リボンなどの飾りがついていて、認知症の人が手を温めながら触覚・視覚的な刺激を受けることで、不安を和らげ、心を落ち着かせる効果が期待されるケア用品です。



大津中央支所助け合いの会と七城陽だまりマフの会の会員が作ったマフを、熊本セントラル病院や福祉施設へお届けしました。※手芸好きの会員が集まり、楽しみながら作成し、いろんな施設に寄付しています。

まんまクラブ

まんまクラブは、農産物市場「きくちのまんま」出荷協議会会員でつくるクラブです。中央支所ごとに設置しています。



直売所情報は
こちらから
【誕生祭】
6月 菊池店
9月 菊陽店
11月 合志店



大津・菊陽のまんまクラブで福岡へ研修

イベントでは協力しておもてなし。研修や交流を深める旅行や食事会なども行っています。菊池地域の安全安心の美味しい野菜を作りお届けいたします。



女性部役員と 役職員が意見交換

— 令和7年度 対話集会 —

2月17日に開催し、女性部役員12人が参加。生活事業、福祉事業、施設整備、事業の利便性などの要望や質問などを挙げました。より良いJAを目指し日頃の想いを伝えました。東組合長ら常勤役員、担当部長らが回答し、意見を交わしました。



Q 支所において、エアコン等の老朽化した設備の修理対応をお願いしたい。

A 計画的に進めており、緊急性のあるものについて随時対応いたします。



Q 総代数の削減に伴い、役員定数も削減を検討すべきでは？

A 役員の具体的な定数は、第13次地域農業振興計画にて計画・検討してまいります。



Q 長年続いている味噌づくりの加工場は今後もなくさないでほしい。

A 各支部伝統の味噌を継承していくため施設は必要であると考えております。



Q 菊陽町にも移動購買車の巡回をお願いしたい。

A 行政を含めて協議を進めてまいります。



Q 現在休止中の有料老人ホームの施設の十分な活用方法について

A 老人ホームの再開を慎重に検討しながら、各種イベントでの活用にも柔軟に対応してまいります。



Q 農産物市場で、費用のかからないポイントカードを導入してほしい。

A 多額な費用がかかることから現在停止しておりますが、集客につながるような新たな方法を検討いたします。



Q マイクロバス所有について検討してほしい。

A 購入費及びランニングコストを考慮し、現在は、レンタルを手配し各組織に低額でご利用いただいております。

Q 堆肥センターの堆肥と、竹チップを混ぜた肥料づくりなど循環型の資源の有効活用ができないか。

A すでに各所で実験されており、竹チップの生産段階からのコストや利用メリットも踏まえ、関係各所と前向きに検討いたします。

Q 昨年7月からの農機車輛部の拠点化について、周知の充実を図ってほしい。

A 拠点化によりご不便をおかけしている点もあるかと思えます。サポートカーの役割や利便性について周知してまいります。

Q 各部会等で新NISAの利用事例を交えた、具体的でわかりやすい説明会を実施しては？

A 説明会は令和5年度より実施しており、ご希望の場合は各中央支所にてご相談ください。

Q パシオン調理室の水道の温水対応について検討してほしい。

A 利用頻度とコスト面を考慮し、検討させていただきます。



家族で楽しむおいしい一皿

目にも体にも優しい、野菜の彩りを楽しむ料理1

レシピ提供●
料理研究家 和田麻紀子

スパイス キャロットケーキ

春ニンジンの
甘さと入パイ生地が
養生デザート



【作り方】

- ①オーブンは180度に予熱しておく。バターとクリームチーズを常温に出して柔らかくしておく。ニンジンはすりおろしておく。薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。ミックスナッツは粗く刻んでおく。
- ②ボウルに卵と砂糖を入れて泡立て器でよく混ぜる。サラダ油を少しずつ入れながら混ぜ合わせたらニンジン、レーズン、ミックスナッツを入れてさらに混ぜる。ゴムべらに持ち替えて①でふるった薄力粉とベーキングパウダー、シナモンパウダー、ナツメグを入れて切り混ぜる。
- ③クッキングシートを敷いたパウンドケーキ型に流し込み、オーブンで35分程度焼く。竹串を刺して生地が付いてこなければ焼き上がり。網の上で冷ます。
- ④チーズクリームの材料をよく混ぜ合わせて、冷めたケーキの上に塗り、冷蔵庫で30分ほど冷やして出来上がり。

材料（長さ18×幅8×高さ6cmのパウンドケーキ型1台分）

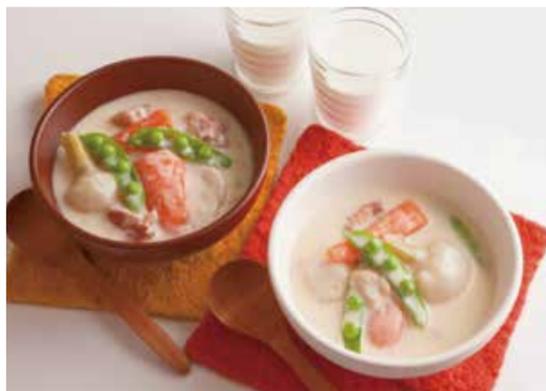
- | | |
|-----------------|-------------|
| ニンジン…150g | ミックスナッツ…30g |
| 卵…2個 | ナツメグ…少々 |
| 砂糖…90g | レーズン…30g |
| サラダ油…100ml | チーズクリーム |
| 薄力粉…120g | クリームチーズ…40g |
| ベーキングパウダー…小さじ1 | 砂糖…10g |
| シナモンパウダー…小さじ1/2 | バター…10g |

ポイント

混ぜるだけでコツなく作れる簡単レシピです。春のニンジンは甘くてみずみずしく、スイーツにもぴったりです。

アレンジ

- ショウガやカルダモンなどお好みのスパイスを加える
- チーズクリームの代わりに、水切りヨーグルトに砂糖を入れて添える



牛乳をもっと食卓にうれしいミルクレシピ

出典●Jミルクウェブサイト「ミルクレシピ」

チーズのこくと甘さがたっぷり

春待ちシチュー

【作り方】

- ①鶏もも肉は12切れに切って塩・こしょうを振る。
- ②カブは半分に、タマネギは4等分に切る。ニンジンは長さを3等分し、太い方をさらに縦半分に切る。スナップエンドウは筋を取り下ゆでしておく。
- ③クリームチーズと水を合わせて電子レンジ（600W）で1分加熱し、Aを混ぜる。
- ④オリーブ油でニンジン、鶏もも肉を炒め、カブとタマネギを炒め合わせる。湯800ml（材料外）と顆粒スープのもとを加え、中火で20分煮る。
- ⑤煮汁で③を溶き伸ばして鍋に戻し、スナップエンドウを加えて5分煮て、塩・こしょう（分量外）をする。

材料（4人分）

- 鶏もも肉…1枚
- 塩・こしょう…少々
- カブ…4個
- タマネギ…1個
- ニンジン…2本
- スナップエンドウ…100g
- クリームチーズ…50g
- 水…大さじ1

A

- スキムミルク…大さじ6
- 薄力粉…大さじ3
- 塩…小さじ2/3
- 顆粒スープのもと（洋風）…小さじ2
- オリーブ油…大さじ1

はじめましょう認知症を防ぐ食生活

認知症予防の基本は
バランスのよい
食事と運動

はじめましょう
認知症を防ぐ食生活



認知症予防の基本は
バランスのよい食事と運動

50代以降の大きな健康リスクのひとつが、認知症です。原因や治療法はまだ明らかになっていませんが、最近の研究では、牛乳乳製品を取り入れた栄養バランスのよい食事と運動に、予防効果があることがわかってきました。高齢期を元気に楽しむために、将来の認知症を防ぐ食生活をはじめましょう。

【食卓に増やすとよいもの】

牛乳乳製品	果物・果物ジュース
大豆・大豆製品	芋類
緑黄色野菜	魚
淡色野菜	卵
海藻類	



いろんな食品をバランスよく ～認知症予防に有効な食事～

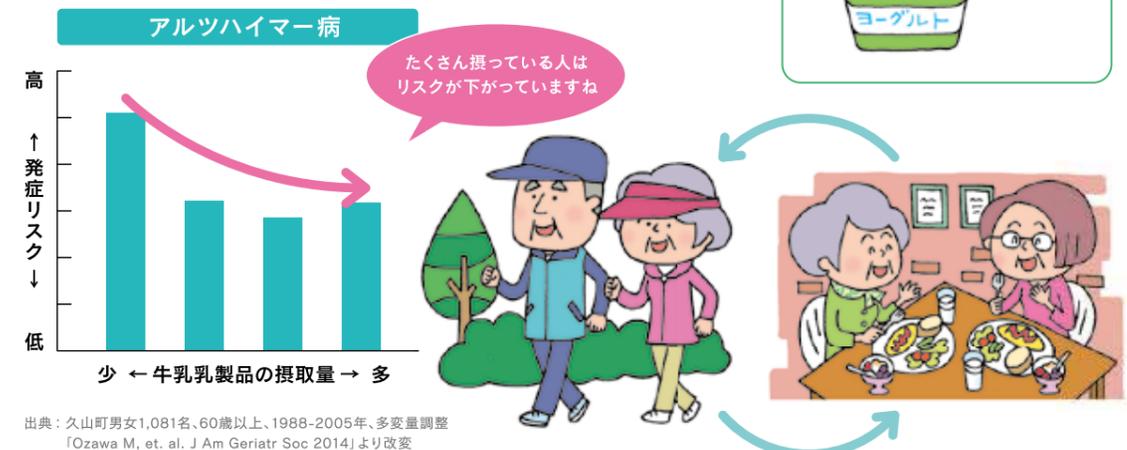
福岡県久山町の住民を対象にした追跡研究から、認知症予防につながる日本人に適した食事パターンが見えてきました。ポイントは、牛乳乳製品、大豆・大豆製品、野菜や果物、海藻類などをたっぷり摂ること。高齢期になると体を動かす機会や時間が減り、食が細くなりがちです。主菜・副菜をさまざまな食品からバランスよく食べることが大切です。

豊富な栄養が認知症の要因を抑える ～牛乳乳製品が予防に効果的～

牛乳乳製品に含まれるカルシウム、マグネシウム、ビタミンB12、そしてホエー（乳清）たんぱく質が、それぞれの働きによって認知症につながる要因を抑えてくれます。このため、牛乳乳製品をたくさん摂っている人は認知症になりにくいことが明らかになっています。牛乳乳製品もしっかり摂って、「食べて・動いて・楽しむ」元気の好循環をつくりたいですね。

カルシウム・マグネシウム：認知症に対して予防効果があることが久山町研究で判明
ビタミンB12：血しょうホモシステイン値（アルツハイマー病の危険因子）を低下
ホエーたんぱく質：インスリン抵抗性（アルツハイマー病の危険因子）を改善

【牛乳乳製品の摂取量別の認知症発症リスク】



出典：久山町男女1,081名、60歳以上、1988-2005年、多変量調整
[Ozawa M, et. al. J Am Geriatr Soc 2014]より改変

ホエーたんぱく質 ってなに？

ホエーたんぱく質とは、牛乳からたんぱく質の一部（カゼイン）と乳脂肪を取り除いた液体のことで、他のたんぱく質や乳糖、ビタミン類、ミネラルが溶け込んでいます。身近ではヨーグルトの「上澄み」もそのひとつ。あの液体、実は栄養たっぷりなんですよ。



農作業負担の軽減に貢献！

軽労化育苗箱 カルカル ニューライン

◆軽いことで運搬作業がラク！

・高齢者や女性の運搬作業、育苗センター等の大規模施設での作業がとても楽になります。

◆コスト低減

・従来品の3分の2の量の培土で育苗可能
・根が外に張り出さないようになっているため底敷資材が不要

20枚以上注文→325円/枚（税込）
200枚以上注文→259円/枚（税込）
1000枚以上注文→248円/枚（税込）



カルカルニューラインと従来品との重量比較

カルカルニューラインは従来品の育苗箱と比べ、約2.5kg軽くなりました。

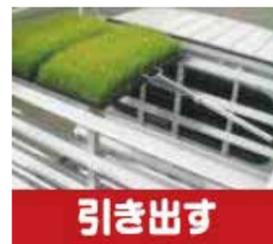


腰痛、膝痛の方へ朗報！ ナエキャッチ

¥7,590(税込)



←ナエキャッチ
YouTube動画



ご注文やお問合せは購買店舗まで！

麦作 高品質・安定生産を目指して防除の徹底を！ 通信 出穂期や開花期等は気候に左右されるため、今後の生育状況に注意して防除を行いましょう。



菊池中央・営農課
坂本職員

《病害防除》赤かび病

赤かび病は出穂前後から乳熟期にかけて、温暖・湿潤な天候が続くと発生しやすくなります。赤かび病の菌がつくりだすカビ毒には、人体に影響を及ぼすものがありますので、必ず防除を行ってください。また、麦の種類によって防除適期が異なりますので、生育状況を確認しながら、時期を逃さず防除を行いましょう。

大麦 では、穂揃い期から10日後頃



防除には早い 大麦防除適期

小麦 では、開花最盛期



防除には早い 小麦防除適期

《防除農薬》

ワークアップ粉剤DL 3kg/10aまたはワークアップフロアブル2000倍液を100ℓ散布/10a
トップジンM水和剤 1000倍液を100ℓ散布/10a

しっかり踏んで麦も子どもたちも強くなれ！

集落営農法人ネットワーク大津(株) 麦ふみフェスティバル

大津町の集落営農法人ネットワーク大津(株)で2月6日、地元の幼児や小学生約150人を招き「麦ふみフェスティバル」が開かれました。地域の子もたちが土に触れ、農業に親しんでもらおうと毎年開催しています。

ネットワーク大津のメンバーが「この麦はパン用の小麦ミナミノカオリです。みんなで麦を踏めば、麦も強くなり、みんなの体も強くなります。しっかり踏もう」と声をかけました。子どもたちは、24アールの麦畑に並び、ためらいながら麦を踏みまわりました。慣れてくると楽しそうに1列約100メートルの麦を踏み、畑の中を走り回り、寒さを吹き飛ばしました。

ドラム缶転がし競争があり、チームごとに「頑張れ！頑張れ！」と大きなかけ声が飛び交い大盛り上がり。

頑張った子どもたちにせんざいが振る舞われ「おいしい」と笑顔があふれました。

徳永浩二代表取締役は「地域コミュニティは、会社の理念の一つ。自然と生きていくことの大切さや農業への理解を深めてもらえたら嬉しい。地域のみなで子どもたちの豊かな心を育てたい」と話しました。

ネットワーク大津(株)は、2013年に設立した法人。経営面積は316haで、米・麦・大豆等を生産。土地利用型設立当初より麦踏み体験の他、田植え、稲刈りなど地域の子もたちへの食農教育に積極的に取り組んでいます。



ドラム缶転がし競争で楽しみながら麦を踏む小学生ら

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)

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

修学旅行での思い出

令和8年1月14日から4日間、2年生が修学旅行で関東へ

1日目は、6時50分に熊本空港に集合して羽田空港へ出発。その後、都内班別自主研修へ。各班予定していた場所をしっかりと研修することができました。
 2日目は、各学科で計画した研修場所(豊洲市場、上野動物園、国立博物館など)を見学しました。
 3日目は、スキー研修。ほとんど

の生徒が初めての体験となりましたが、インストラクターによる丁寧な指導で、楽しく滑ることができました。
 4日目は朝からお台場散策をして、無事に熊本に帰ってくることができました。
 たくさんのことを経験することができ、楽しい思い出となりました。



ホテルでの食事
みんなで食べる食事はおいしいです!



グリコPocky-イースト
班別研修は好きな場所へ



三鷹の森ジブリ美術館
たのしかったです



長野菅平高原
スキー研修

総合的な学習



成果発表会 2月6日(金)

1年生は地域理解学習、2年生は地方創生をテーマに探究活動に取り組んできました。発表会では、2年生がこれまでに学習してきた内容について、1年生に向けてプレゼンテーションを実施しました。前半は各ゼミの代表グループによるスライドを用いた発表、後半はその他の2年生によるポスターセッションを行いました。発表する側も聞く側も熱心に取り組む、会場はとても活気に満ちた発表会となりました。審査をしていただいた菊池市役所、熊本大学、その他の方々に感謝申し上げます。

農業科 SDGs班
菊池の生ゴミ「ゼロ」プロジェクト
地域循環型・持続可能な
地域社会づくり実現に向けて!

「竹チップ使用の段ボールコンポスト」を使った家庭の生ゴミを堆肥化する循環型システム、地域課題の放置竹林問題の解決と家庭の生ゴミ削減を両立させる地域貢献活動に取り組んでいます。

2/7 菊池市で開かれたSDGsフェスティバルでは、私たちの取り組み紹介とコンポスト作成体験会を行い、多くの方にご理解いただきました。これからもいろんな場面で紹介していけたらと思っています。



▲コンポストの作り方
使用方法を説明
◀使用後のコンポスト
説明

菊農の
新鮮野菜、
草花、新鮮卵
販売中です

【定期販売会】毎週金曜 午前9時30分～ 【常時販売】平日 午前9時～午後4時

- ・園芸科サイネリア・プリムラポリアンサ・プリムラジュリアン販売しています
- ・サイネリア(5号鉢) 250円 ・プリムラポリアンサ(4号鉢)150円
- ・プリムラジュリアン(3号ポット)70円で販売中
- ・季節野菜・タマゴ など

販売場所、品目、価格などの詳細は学校にお問い合わせください。
TEL 0968(38)2621

女性部・食育活動

体験で楽しく、体で実感

みそづくり

いきなり団子
づくり



煮た大豆と麹と塩をまぜまぜ

大津
女性部

大津町
護川小学校で
みそづくり
5年生が参加

丸めて
容器に
つめました

丸めて投げ入れ空気を
抜ながら詰めます



大津町 第2よこび保育園で
いきなり団子づくり



大津町 大津北小学校
郷土料理学習で
いきなり団子づくり

菊池
女性部

こうやって
丸めて
投げ入れてね



菊池市 菊池さくら保育園でみそづくり
みそ仕込みを園児といっしょに

菊池中央支所加工グループは2月2日、さくら保育園の5歳児の園児30人とみそ仕込みを行いました。煮大豆、麦麴、塩を混ぜ合わせ、こねあげたものを丸めて樽に仕込みました。園児らは楽しそうに材料を混ぜたり、こねたりしました。

※同園は食育に力を入れており、園の畑で野菜の栽培や収穫体験も行っています。大豆も育て、その大豆2キログラムと地元産大豆3キログラム、麦麴は加工グループ「お天馬会」の手作りを使用。塩を加えて約28キログラムのみそが出来ます。3ヵ月ほど寝かせて給食で使用するほか、仕込みを手伝った園児らが少しずつ持ち帰り、家庭でも味わってもらいます。また、春に卒園児を招いてのイベントで豚汁などにして味わっています。

疾患別の漢方治療について：老化防止(1)

公立菊池養生園保健センター長 芹川和志

誕生会 ゆるっと

だんご汁を作りました。
利用者様同士が協力しながら作り、美味しいと喜ばれていました。



小麦粉と水を
まぜてこねこね



できあがり



指先を使って薄く
伸ばします



あったかくて
おいし～!

おもち渡しゲーム いずみ

お箸を使っておもちを移動させるゲームを行いました。
早く渡して次の人へ!!



とっても楽しめました!



本物のおもちみたい!?



漢方から見た老化の原因

老いることは人の生命発展の中で必然的に起こることです。内外の原因が関与しますが、特に内因が重要であると考えられます。漢方では、古典の時代から、人は年を取ると人体内部の陰陽のバランスが次第に崩れ、陽気が少なくなって陰気が多くなる結果、次第に老い衰えると説明されています。陰陽の調節は、臓腑の中では特に腎と密接な関係があり、老化にはまず腎の虚衰が最も関与していると考えられます。

腎は、西洋医学では単なる泌尿器官ですが、漢方では、「先天ノ本」と呼ばれ、成長、発育、生殖、老衰、その他の生命現象を支配調節する、生まれながらの生命力を意味しています。腎の働きが旺盛であると人は老いにくく、寿命も長く、逆に腎の衰えた人は老化が早く寿命も短くなります。つまり漢方の概念的には、腎は、泌尿器以外に、①全身の各臓器の働きを調節している内分泌系、②外部からの病原体に対して抵抗力を発揮する免疫系、③人間の個性を決定し、強壮か虚弱化というような体質を決定する遺伝的要素、この3つを包括する概念であると考えられます。それゆえに漢方では老化を防ぐ養生や薬は全て腎を保養しその働きを強化するものが基本です。

次に、人間が成長発育し、生命を維持していくには、必要な物質が栄養という形で絶え間なく供給されなくてはなりません。漢方では栄養物を消化吸収する働きを脾という言葉で表現しています。飲食物は胃に入った後、脾によって水穀の精微と呼ばれる有効成分が抽出され、それが肺や肝に送られて人体を養い生命を維持するために必要なエネルギーや血液や各種の栄養物に転化されて全身に送られると考えられています。そこで脾を、腎の「先天ノ本」に対して「後天ノ本」と呼び、生命維持に必要な一切の物質を供給する要に位置付けています。

年を取ると、この脾の機能も衰え、そのため生体に必要な栄養の供給が滞り、人の生命活動は低下し老化がますます促進されると考えられます。従って脾が丈夫かどうかということは、その人の老化の速度を左右する大きな要素になります。

以上のことより、漢方では老化防止の手段として、腎と共に脾を補いこれを強化することが必要となります。今回は、老化に対する具体的な処方例についてお話ししたいと思います。

検査の後は、おいしいごはんをほっと一息
養生園で「人間ドック」を受けてみませんか?

養生園では、人間ドックを受診された皆様に、園内にてお食事を提供しています。管理栄養士が監修し、栄養バランスに配慮しながら、旬の食材や新鮮な地元の野菜を取り入れたこだわりのメニューです。塩分控えめなのに味付けがしっかりしていてボリュームがあり、とても食べ応えのあるメニューだと評判を頂いています。心を込めて手作りしておりますので、養生園で人間ドックを受けられる際にはぜひ味わってみてください。

受診者の声(感想)

- 人間ドックの後のお昼ごはんがいつも楽しみです。
- 毎回まちがいなくおいしいので前日からの絶食ものりこえられます。
- レシビがありましたので、家でも作ってみたいと思いました。“体に良い食事”とても勉強になります。

人間ドックの料金、申し込み方法等は
養生園ホームページをご覧ください。



養生園公式インスタグラムを始めました!
お食事も紹介しておりますので
ぜひご覧ください。



事業案内

○居宅介護支援事業所

要介護者や要支援者が住み慣れた場所で、安心して自立した生活を送れるよう、ご利用者やご家族からの介護に関する悩みや相談に応じ介護支援専門員(ケアマネジャー)がプラン作成や介護保険サービス利用の手続きなどのお手伝いをいたします。



○訪問介護事業所

訪問介護事業所では、ご利用者が可能な限り自立した日常生活を送れるように、自宅へ訪問し、掃除・調理・洗濯・入浴などのお手伝いをいたします。



※介護に関することでお困りの方、心配事などお気軽にご相談ください。

【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

みんなの

大津町の矢護川団地に かわいい壁画が登場!

「未来の矢護川にほしいもの」をテーマに、熊大生がデザインし、地域住民らで作成。グランパワーヒノクニも描かれています。(夢の矢護川)

ケーキ作り



職員交流で食材を使ったケーキ作りをしました。(菊池中央支所)

大津ドライフラワー



ドライフラワーアレンジを作りました。(矢護川地区女性部)

フラワーアレンジ 寄せ植え



七城女性部



菊陽女性部

ペー ジ



供花ジェルアレンジ

保冷剤を活用して作ってみました。ジェルにフルーツやお花の香りを忍ばせて、ドライフラワーの花を飾りつけ、かわいいお供えの花ができました。(泗水・月一クラブ)

余った保冷剤は、中身を取り出し、アロマオイルを混ぜて「芳香・消臭剤」にすることもできます。植物の「水やり用ジェル」として再利用するのをおすすめです。



ふと思いついて、スイートスプリングでゼリーを作ってみました。果汁を絞っている時からすごく良い香りがして、冷蔵庫で固まるのを待つのも、なんだか遠足の前日みたいに本当に本当にすっくとすっくとソワソワしていました。いざ食べてみたら、ふんわりとした食感の中に、爽やかな甘さがじゅわわと広がって……「ああ、頑張った作って良かったって、心から思えるご褒美になりました。」(アイリ)

2月号を読んで、菊池地域は県内最大のカンショ産地で、サツマイモの栽培面積がとてつもなく、熱心な取り組みがなされているなど感心しました。また、お茶が有名で嬉しいですね。お茶が好きなので、いつか飲んでみたいなどとワクワクして読みました。(レイナ)

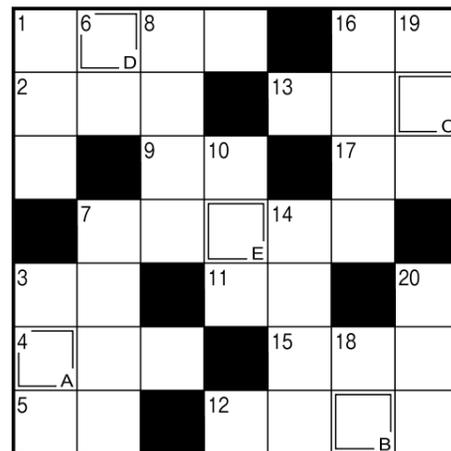
最近編み物にハマっています。大物は作れませんがネックウォーマーや帽子などを作っています。時間を忘れて没頭できるので時間は持たずして自分にとっては幸せです。後は、たまにあるモルック大会に出ること。もって大会とかが多いと良いのと思っています。(ヤスコ)

七城Gゴルフ



健康と交流を深めるためJA女性部七城支部グラウンドゴルフ大会を開きました。初心者の方にはベテランがやさしく教えてくださり、ナイスショット!(ななしろ)

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

- ナノハナと呼ばれることもあります
- は清流仕上げを御覧じろ
- 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- 桜が咲く時期ならではのレジャー
- 竿や糸、針を使って楽しめます
- 津軽、関門、ドーバーといえ
- セロリやミツバは——科の野菜です
- うわ、服にコーヒの——がついちやっ
- 北口榛花選手の専門種目
- お金を入れます。春に買うと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- 転換しようとして散歩に出た
- 田植えに向けて育てます
- 酔っぱらって巻く人もいます

タテのカギ

- 潮干狩りでよくとれる二枚貝
- ガンソリンは——性の高い液体です
- 海に浮かべて目印にします
- ゴロゴロゴロ…ピカッ!
- 工事が終わり建物が完成すること
- 相撲を取る人のこと
- 連載ではありません
- 伊勢神宮は——と外宮に分かれています
- 白神山地を象徴する木
- トランプのJ、Q、Kのこと
- 唱歌「春の小川」に出てくる花

数独

数独 ルール

二重枠に入った数字の合計はいくつ?

- 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。
- 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。

出題●ニコリ 答えは26ページにあります

チャレンジ!! 頭の体操

きりとせん

A

郵送の方は85円切手を貼ってください。

869-1205
菊池市旭志川辺1875
JA菊池4月号アンケート係

住所	〒
ふりがな氏名	男・女(才)
TEL	(FAX)

B

アンケート記入欄

Q1

Q2

Q3

Q4

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



- ※A・B 切り取ってお使いいただけます。JA窓口でも受け付けています
- ※イラストや写真もお待ちしています。
- きくちのまんま菊池店のお楽しみBOX
- 3名様
- 〈アンケート〉
- Q1 今月号で興味を持った記事
- Q2 紙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、うれしかったこと、お伝えしたいことなど

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メールなどで応募ください。

〒869-1205 菊池市旭志川辺1875
JA菊池「いぶき」4月号アンケート係
FAX: 0968-23-3515
eメール: ja-kikuchi@spice.ocn.ne.jp

応募締切: 令和8年4月8日(水) 必着

★または各中央支所窓口提出でも受け付けております。イラストやお便り、ご意見などお待ちしております。こちらからも応募できます▶

JA-SS からのお知らせ

お得に給油!!

プリペイドカード

リニューアルキャンペーン実施中!

対象SS

- 菊池セルフ
- 七城セルフ
- パシオンセルフ
- 泗水セルフ
- 菊陽セルフ

期間

令和8年3月1日(日)~3月31日(火)

特典

新プリカへの切り替えのお客様限定!

- 10,000円以上の入金でBOXティッシュ1さげプレゼント!
- 期間中カードで給油すると次回から使える1ℓあたり5円引きのレシート進呈!
※発行されたSSでのみご利用できます。



給油がスムーズ!



繰り返し使える!

いつでも割引価格で給油できる!

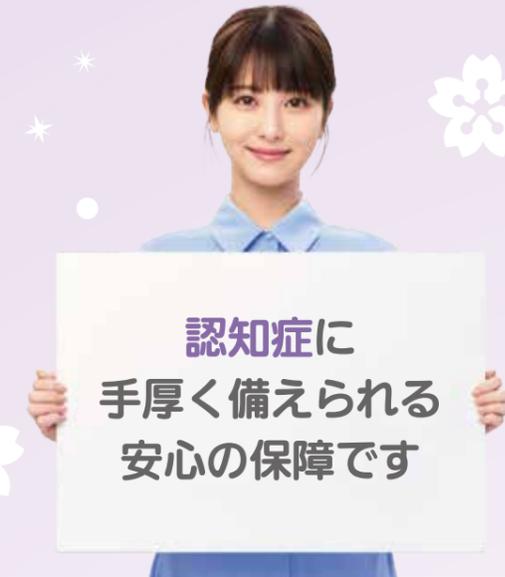
入金額に応じた値引額(通常時)

5,000円~	10,000円~	20,000円~
1ℓあたり1円引き	1ℓあたり2円引き	1ℓあたり3円引き

カードご使用の注意点

- 有効期限：最終利用日から3年
- 値引額：給油前の最新入金額に応じて値引額が設定されます。
- 現在ご利用のプリカは、これまで通り継続してご使用いただけます。ただし、残高が1ℓあたりの燃料単価を下回った場合は、新プリカへ残高を移行してご利用いただけます。

認知症共済



ポイント1

認知症に対して一時金で手厚く備えられます!



ポイント2

まとまった金額が受け取れるので、施設介護にも安心!



ポイント3

認知症の前段階の軽度認知障害も保障の対象です!



認知症共済のご契約例

【ご契約例】共済金額500万円の場合

不担保期間1年

所定の**認知症**と診断
+ 要介護1以上に認定されたとき

一時金 **500万円**

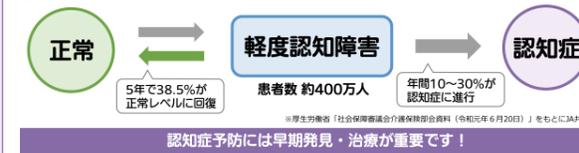
所定の**軽度認知障害**と診断されたとき

一時金 **50万円** (共済金額×10%)

生涯保障

軽度認知障害とは?

軽度認知障害とは、認知症の前段階で正常と認知症の中間の状態をいいます。物忘れはあるものの、日常生活には支障がないのが特徴です。必ず認知症に進行するわけではなく、早期発見により正常レベルに回復することもあります。



共済掛金例

【ご契約例】共済金額500万円、99歳払込終了、月払(口座振替) (令和7年4月時点)

加入	男性	女性	加入	男性	女性
40歳	3,619円	4,864円	60歳	7,739円	10,339円
45歳	4,274円	5,729円	65歳	9,859円	13,209円
50歳	5,134円	6,834円	70歳	12,924円	17,434円
55歳	6,234円	8,314円	75歳	17,474円	23,879円

「聞かせて!」アンケートキャンペーン

簡単なアンケートに答えるだけで豪華賞品が当たるチャンス!

理事会の報告 (第10回 R8.1.28)

【業務報告】

1. 主要業務処理顛末
2. 組合員の加入および脱退予告
3. 事業経費
4. 12月末事業実績
5. 自主検査結果報告(令和7年11月検査分)
6. クレーム・苦情等対応状況(第3四半期)報告
7. 令和7年度第3四半期末余裕金運用状況および評価報告
8. 令和7年度第4四半期余裕金運用計画額および運用方針
9. 反社会的勢力排除対応管理先対応状況報告(第3四半期)
10. 疑わしい取引の届出状況報告(第3四半期)
11. 確定債権の経過
12. 理事の利益相反契約の事後結果
13. 青壮年部・女性部報告
14. 理事会付託事項専門委員会報告
15. 県連理事会等の主要協議事項

【議題】

- [第1号議案] 総代選挙の実施
 - [第2号議案] 理事の辞任に伴う支所担当理事の選任・理事の専門委員会所属
 - [第3号議案] 令和7年度上期監事監査指摘に対する回答
 - [第4号議案] 役員候補者推薦内規の改正
- 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 R8.1.28)

【報告事項】

1. 役員責任調査委員会報告
- 以上について報告されました。

特殊詐欺被害防止に向けたATM利用限度額の変更のお知らせ

2026年2月

お客さま各位
菊池地域農業協同組合

平素より当組合をご利用いただき、誠にありがとうございます。

当組合では、社会的に深刻な問題となっている特殊詐欺の発生状況を受け、お客さまが安心してキャッシュカードなどをご利用いただけるよう、被害の発生・拡大を防ぐ対策に取り組んでおります。

このたび、ATMにおいてお客さまの貯金が不正に払い出される特殊詐欺の犯罪が増加していることを受けて、**2026年4月1日**に、キャッシュカードなどによる取引時の**1日あたりの利用限度額を以下の通り引き下げいたします。**

媒体種別	対象取引 ¹⁾	変更前	変更後
ICキャッシュカード	IC取引	100万円	50万円 ²⁾
磁気ストライプキャッシュカード、通帳	磁気取引	50万円	50万円

*1) ATMおよび窓口(ピンパッド)でのお引出し、振込等が対象となります。
*2) あらかじめ設定されている利用限度額から変更されている場合は変更対象外となります。

お客さまにはご不便をおかけいたしますが、警察庁からの要請も踏まえた対応であり、ご理解賜りたくお願いいたします。

無料相談会のお知らせ (組合員向け)

弁護士法律相談会 **4/8 (水)** 午後1時半より
場所: JA菊池本所応接室
予約は4月1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 **4/8 (水)** 午後1時半より
場所: JA菊池本所応接室
予約は4月1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 **4/8 (水)** 午後1時より
場所: 大津中央支所
電話: 096-293-3211

ミゾグッチーレポート

漫才で楽しく学ぼう相続セミナー

福祉センターめぐみの里で2月18日、大津中央支所助け合いの会ミニデイが行われました。会員と地域住民26人が参加されました。今回は、大津町地域包括支援センターのご協力により、相続セミナーも開催。セミナーでは、熊本市の司法書士法人あかりテラスの相続診断士 上田彪馬さんと芸人のパプリーさんによる相続漫才®が披露されました。終活のための遺言・相続手続きなどをテーマに笑いを交えてわかりやすく説明され、笑顔あふれる勉強会でした。

助け合いの会の米村磨理子会長は「楽しく学べていい勉強になった。終活を他人事ではなく、自分ごととしてとらえられるいい機会だった」と話しました。

「終活」と聞くと、「死の準備」「お別れの支度」というネガティブな印象を持つ方も多いかもかもしれません。しかし実際には自分の生き方を整理し「これからの人生をどう生きるか」を考える、前向きな活動だと改めて感じた取材でした。



インスタグラムも見てね! "kikuchimanmarche"

あとがき

4月号となりました。新たな年度を迎えるため、少しだけリニューアルしました。ご要望にお応えして、切り取って使えるアンケート応募用紙も復活しております。たくさんのご応募お待ちしております。春の花が咲き始めます。楽しみです。心が穏やかで、いつも笑顔があふれますように…。
R i k o



三角修前組合長 熊本県農林水産業功労者表彰

熊本県が主催する農林水産業功労者表彰式が1月26日、熊本市で開かれました。農業部門では、農業振興に献身的な活動を続け、特に優秀な12人の個人、1団体を表彰。前組合長の三角修さんが受賞され、木村敬知事から表彰状が手渡されました。三角さんは28歳で農業後継者として就農。主に花き部門において地域の農家の中心的な存在として活動し、平成12年には花卉部会長、平成14年からは理事としてJA菊池の発展に寄与されました。副組合長を経て、平成26年から組合長に就任。令和5年までの任期中、農業生産の拡大、地域の活性化等に大きく貢献されました。

令和7年度 熊本県農林水産業功労者表彰式及び熊本県緑化功労者表彰式



受賞者ら(写真中段右から3番目が三角さん)



木村知事から表彰を受ける三角さん(左)

4月の運勢

モチ・カサンドラ

③ 幸運を運ぶ健康運

おひつじ座	おうし座	ふたご座	かに座	しし座	おとめ座
3/21~4/19	4/20~5/20	5/21~6/21	6/22~7/22	7/23~8/22	8/23~9/22
①春風に乗って運勢は軽やか。思い切りの良さがツキにつながります。ささっと動きましょう。身近なことを大切に ②吹き出物に注意。生活のリズムを整えて ③タラの芽	①人気に恵まれる順調運。あなたを構いたい人が多くて困ってしまうかも。皆で楽しめるプランを提案して ②アロママッサージでリラックス。つぼ押しも◎ ③アシタバ	①失敗しても挽回できます。慌てずに対処しましょう。友人は良いアドバイスをくれるので話に耳を傾けて ②肩凝りは早めにケアを。スマホの見過ぎに注意 ③根ミツバ	①頭の痛いことが多いとき。全体的に縮小の方向で考えてみましょう。手を広げないのが収拾のコツ。買い物は早めに ②無理は禁物。軽いストレッチで柔軟性を保って ③アスパラガス	①勢いがあります。思うままにやってみましょう。足りない部分は後付けでOK。丁寧なフォローで丸く収まるはず ②不調は自然と回復。運動量を増やしてGO! ③アスパラガス	①運勢は緩やかに上昇。外出するのに良いときです。時間をつくって出かけましょう。気分転換で作業効率もアップ! ②サポーターを使うなど予防策を講じて安泰 ③サヤエンドウ
てんびん座	さそり座	いて座	やぎ座	みずがめ座	うお座
9/23~10/23	10/24~11/22	11/23~12/21	12/22~1/19	1/20~2/18	2/19~3/20
①次第に動きが激しくなっていきます。気持ちの切り替えが大事。駄目なものは横に置き一点集中で突破を ②トイレは早めに。疲れもためないように ③プロッコリー	①自分のための時間を取りにくいときです。優先順位を整理して動きましょう。掃除がお勧め。不用品は処分して ②生活リズムを守って。発酵食品で腸をきれいに ③ホウレンソウ	①上昇運です。最初はスムーズさを欠いても挽回できます。説明書はきちんと読んで。非常持ち出し袋は中身を点検 ②好転の兆し。体を動かせばさらに元気に ③カブ	①困り事はあるものの助けてくれる人もいます。相談するなら早めに。家族とはよく会話を。すれ違いを防げます ②けがややけどに気を付けて。毎日の散歩が◎ ③イチゴ	①効率が良くても人間関係でつまずいてしまったりかえって時間がかかることも。ルールを守って進め方がスムーズ ②口コミで人気の健康法を試してみましょう ③ラディッシュ	①順調運ですが予想外のことも。予定には余裕を持たせて。臨機応変に動けば楽しいことが増えていきます ②喉をよくケアして大切に。カリンや蜂蜜が味方 ③レタス

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

※:12
※:12

♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂
♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂	♂

※:12
※:12



■JA農業総合情報センター「パシオン」 営農企画課 0968-23-3205 (担い手対策係・労働力確保対策) 営農企画課(精算係) 23-3201 営農企画課(特販係・直販係) 41-5550 園芸課 23-3202 農産課(米需給対策係) 23-3203 FAX(営農部) 37-3840 生産資材課 38-7900 FAX 38-0577 北営農センター 24-1141 FAX 24-1142 西営農経済センター 096-242-3640 FAX 242-2971 南営農センター 294-1381 FAX 294-1383		■菊池中央支所 0968-24-1111 FAX 25-1320 金融共済課 24-1110 営農課 24-1121 FAX 24-1107 カントリーエレベーター 24-1108 アグリハウス 24-0070 FAX 24-0660 菊池セルフSS 24-1138 菊池東部給油所 24-1134 水迫給油所 27-0872		■合志中央支所 096-248-1120 FAX 248-1107 総合支援課農産係 248-1996 西営農経済センター(購買) 242-3640 合志給油所 249-2047	
営農部 畜産部 畜産企画課 23-3210 酪農課 23-3207 FAX 37-2480 畜産課 23-3208 FAX 37-2342 飼料課 23-3211 // 37-3600 FAX 37-3730 粗飼料センター 37-3288 FAX 37-3290 畜産課診療係 23-3209 (時間外) 090-4581-7020 キャトルフリーディングステーション事業所 38-4063 FAX 38-4075 有機支援センター(旭志) 37-4447 FAX 37-4448 有機支援センター(合志) 096-249-2270 FAX 249-2269 有機支援センター(菊池) 0968-24-1148 FAX 24-1148		■七城中央支所 0968-25-2148 FAX 23-1091 七城セルフSS 24-4053 ライス直販係 25-7140 フリーダイヤル 0120-49-7746 FAX 23-0186 果菜集荷所・ライスセンター 25-2078 営農課・生活課 24-4098 FAX 25-7790 アグリパートナーきくち 25-4231		■西合志中央支所 096-242-1163 FAX 242-4304 金融共済課 242-1164 西営農経済センター(購買) 242-3640 西営農経済センター(営農) 242-1166 スイカ選果場 242-3450 FAX 249-1710 西合志給油所 249-1037 カントリーエレベーター 242-4439	
■JA菊池本所 総務部 総務課 0968-23-3500 企画広報課 23-3502 電算情報係 23-3204 経理課 23-3503 FAX(総務) 23-3515 人事教育課 23-3501 リスク審査課 23-3212 FAX(人事) 37-3912		■旭志中央支所 0968-37-3131 FAX 37-3192 生活係 37-3287 旭志中央給油所 37-3798 パシオンセルフSS 37-3386 Aコープ旭志店 37-2915 FAX 37-3627 旭志集荷所 37-3785		■大津中央支所 096-293-3211 FAX 293-8018 金融共済課 293-3214 生活課 293-3213 資材店舗 293-3792 FAX(生活課・資材店舗) 293-4945 ほりだしハウス 293-2017 FAX 293-2514 大津給油所(TEL・FAX) 293-2364 営農課(農産) 293-2333 南部カントリーエレベーター 293-7710 FAX(農産課兼用) 293-7992 とれたて市場 293-3294	
金融部 貯金課 23-3504 融資課・運用課 23-3505 融資課 23-3506 FAX 23-3516 経営支援課 23-3212		■菊陽中央支所 096-232-2211 FAX 232-0939 金融共済課 232-2212 生活課 232-2213 営農課(農産・きくちようアグリ) 232-8206 南部カントリーエレベーター 293-7710 資材店舗 232-8207 FAX 232-0944 人參選果場 213-5533 FAX 213-5544 菊陽セルフSS 213-5010		■生活部 0968-23-3511 FAX 23-3517 生活企画課 23-3511 食材センター 41-8337 広域耐久資材・開発(不動産取引) 23-3512 旅行センター 23-3513 燃料課 23-3525 ガスセンター 37-3363	
共済部 保全課 23-3508 事故相談課 23-3509 普及課 23-3510 FAX 23-3518 共済信用プラザ(合志中央支所内) 096-285-5525		■福社センターめぐみの里 FAX 23-3884 住宅型有料老人ホームあゆみ 26-7765 デイサービスセンターいずみ 26-7665 デイサービスセンターゆるっと 23-3533 居宅介護支援事業所 23-3531 訪問介護事業所 23-3532		■菊陽中央支所 096-232-2211 FAX 232-0939 金融共済課 232-2212 生活課 232-2213 営農課(農産・きくちようアグリ) 232-8206 南部カントリーエレベーター 293-7710 資材店舗 232-8207 FAX 232-0944 人參選果場 213-5533 FAX 213-5544 菊陽セルフSS 213-5010	
■監査室 0968-23-3514		■泗水中央支所 0968-38-2711 FAX 23-2022 営農課 38-2712 生活課 38-6638 FAX(営農課・生活課) 38-6638 泗水セルフSS 23-2025 営農資材センター 38-5889 FAX 38-3807 ライスセンター 38-3141		■総合企画室 0968-23-3213	

農機車輛部
カークリニック
 0968-38-6333 FAX 0968-38-6321
農機センター
 0968-37-2208 FAX 0968-37-3173
 休日対応 アグリサポート休日当番
 (AM8:30~PM5:00)
連絡先 090-4474-0269

JA菊池ドライブイン
 焼肉レストラン
まんまキッチン 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

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		