

2026

とれたて情報ハートのかけはし

10

vol.448

いぶき

kikuchi no mame
きくちのまんま

あつちの産物や産地を大切にする。100年先の未来のために。100年先の未来のために。100年先の未来のために。

JA菊池

JA菊池

同じようでも少し温かいね

高品質な「菊池栗」を
消費者へ届けます

栗部会長 芳崎 優次

耕そう、大地と地域の未来。



KIKUCHIMANMARCHÉ
Instagram
きくちのまんまマルシェ



Youtube
きくちのまんまチャンネル



LINE
きくちのまんま



栗部会



8月13日撮影



栗の木や実の状態を観察



栗園の状態を確認

こんにちは
東です -34-

8月中旬より
3ヵ年計画の
策定にかかる
座談会を行いました



地震で被災された皆さまへ 心よりお見舞い申し上げます

このたびの地震により被害を受けられた組合員の皆さま、ご家族の皆さま、ならびに地域の皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

地震発生以降、片付け作業や復旧へのご対応をしながらの農作業で、心身ともに大変なご苦労をされていたと思います。各地域において被害が報告されており、大変心が痛みます。建物更生共済等にご加入いただいている建物・家財・農業用施設などに被害があった方への調査を行っておりますが、地震に便乗した犯罪なども発生しておりますので、不審な電話、訪問などには十分ご注意ください。

そのような中、第13次地域農業振興計画策定に向けた支所別座談会や各部会の総会など、多くのご出席に感謝申し上げます。

余震もあり、不安な日々をお過ごしかと思います。皆さまの一日も早い営農と生活の安定のため、役職員一丸となってできる限りの支援に努め、地域農業と暮らしの再生につなげてまいります。

J A 菊池代表理事組合長 東 哲哉



栗部会／こんにちは東です	2・3
未来に向けた変化成長	4～8
ゴボウ部会・甘藷部会・花卉部会・肉牛枝肉共励会 第13次農業振興計画説明会・農機車輛部他	
まんまファイル	9
青壮年部（合志支部）／組合員講座⑥	10・11
女性部（農産物出荷協議会）・支部活動	12・13
くらしのヒント：米クイズ・お料理レシピ	14・15
水稻通信・営農通信	16・17
菊農通信／今が旬／食農教育	18・19
菊池養生園から／漢方のお話⑥／めぐみの里だより	20・21
みんなのページ／クイズ	22・23
鳥獣害対策④	24
生産資材課からのお願い	25
県警からの地域安全ニュース	26
理事会の報告／相談会日程	27
困ったときのJA菊池（ふれあい食材）	裏面

栗の予約販売受付中！

出荷期間中、JA北宮農センターで
予約販売を受け付けています。

期間：9/14～10/16まで
TEL:0968-24-1141

※電話予約は、月～金の9時～17時
※受取は、予約後の受取希望日9時～15時

受取場所：JA北宮農センター
菊池市深川390



■出荷は8月下旬から10月下旬まで。品種は「丹沢」「ぼろたん」「杉光」「利平」「筑波」「銀寄」「美玖里」などで、令和8年度は100トンの出荷を見込んでいます。

菊池地域は県内有数の栗の産地です

■剪定、施肥、適期防除などの栽培講習を地区ごとに行っています。収穫・出荷については、収穫後の水処理を徹底し、出荷規格に基づいた選別で「菊池栗」の信頼される産地づくりを目指しています。

■菊池地域での栗栽培は、昭和36年頃から本格的に始まり、全国屈指の栗の産地となりました。栗部会の部会員は123戸。皆で力を合わせて情報交換を行い、高品質な栗生産に努めています。

力を合わせて 良質な栗生産に努めます

おいしい栗 とどけます



栗販売担当 石原

部会長 芳崎優次

新部会長に上田さん



あいさつする
上田新部会長

総会には生産者60人が出席し、令和8年度事業計画、役員改選など3議案を可決承認。新部会長に上田功さん、副部会長に倉本達明さんが就任しました。女性部長、女性部副部長、青年部代表も役員に加わり、現地検討会、宣伝活動、情報発信に力を入れ、高品質で長持ちする花卉生産で、市場・消費者に必要とされる産地を目指します。

〈表彰〉



特別功労賞：宮本政信・初美

販売高表彰：阪本俊浩、宮本幸伸、久川裕徳、菅誠輝、赤星浩貴、増永勇二郎、渡辺公誠、岩下哲也、井主哲郎、上田功

カスミノウ日持試験表彰：(秋)木下彰、坂本忠治、上田功
(春)森本明敏、宮本幸伸、東和徳

高品質で長持ち、市場・消費者に必要とされる産地を目指す

■令和7年産は、全国的に品薄単価高となり、数量は過去4年平均対比で84.2%、単価111.9%、販売実績94.1%で、売上合計3億9296万円の結果となりました。気候変動、資材高騰、冠婚葬祭の規模縮小による花消費の低迷など、花卉生産を取り巻く情勢は厳しい状況です。そんな中、JA菊池の花は高品質で日持ちがいいとの評価を受け、消費地からは喜ばれています。

■菊池地域の花弁栽培は60年近い歴史があります。部会総会も36回となりましたが、生産者の高齢化、後継者問題は深刻です。部会では後継者育成のための「新規就農支援研修」を2年前から、JAと行政の協力の中進めています。現在3人が部会生産者のもとで研修中です。2年間の研修期間を経て就農できるようにしています。総会では、研修生の紹介があり、研修生の力強い決意の言葉に拍手が沸きました。

新部会長に中村さん

総会では、役員改選があり部会長に中村博さん、副部会長に古庄正治さん、会計に荒木ナオミさんが就任しました。人気の高まるJA菊池スナップエンドウの更なる品質向上に努め、収量増と販売高アップを目指します。



中村さん

秀品率も良く、人気高まるJA菊池産

■令和7年度産は部会員数16人、作付面積129a。令和7年11月から令和8年6月まで出荷。販売高3200万円。年間を通して安定した出荷ができ、秀品率も良く、販売数量・販売高ともに前年を上回ることができました。

■令和8年度は、病害虫の早期防除の徹底、現地検討会による栽培管理の徹底で秀品率を高めます。また、直売所による販路拡大、SNSを使った情報発信と市場との連携で有利販売に努めます。



〈表彰〉

販売高賞 前田昭子
躍進賞 田中一範



市場関係者との情報交換、試食販売会を強化

■令和7年度は、市場関係者との情報交換や販売情勢の共有、女性部役員による試食販売会の強化、メディア出演も積極的に対応し「菊池水田ごぼう」のブランド力向上に繋げました。販売実績は、出荷数量1325t(前年対比131%)、販売金額7億9760万円(前年対比110%)でした。栽培面では、冬ゴボウは夏場の高温や少雨の影響があり、春ゴボウは初期生育は順調だったものの、1~2月の冷え込みにより心配しましたが、後半は肥大も進み、反当りの収量増加で取り戻すことができました。

■市場担当者との情報共有、初めての市場関係者を交えてのレクリエーションなどを行い、部会員と市場関係者との交流を深める機会も設けました。次年度も続けて、相対取引、規格外商品の販路拡大で、「菊池水田ごぼう」の魅力を発信していきます。



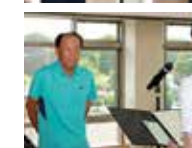
あいさつする上野部会長

新部会長に大矢野さん



あいさつする
大矢野
新部会長

総会には生産者50人が出席し、令和8年度事業計画、役員改選など3議案を可決承認。新部会長に大矢野健一さん、副部会長に川口晃範さん、松本雅光さんが就任。環境の変化に対応した栽培技術の構築、販売チャネルの拡大などで更なる品質向上と生産者の所得向上を目指します。



〈表彰〉

販売高表彰：池田実、川上宗弘、川口晃範、衆原嘉博、村上農園、小林昭、城弘光、永田智久、松田義照、八並章一、上野洋一、オクダファーム、川上悦史、菊川賢一、ノムラファーム、後藤堅二、小林秀樹、立花富浩、西本順子、村上公治、大矢野由美子

高品質賞：今村友則、有働敏徳、菊川賢一、廣田義隆

躍進賞：永田りか

高品質甘藷にこだわり、地産地消も強化

■令和7年産は、例年同様サツマイモ基腐病や土壌病害対策として育苗ハウスの土壌消毒を徹底し、ウイルスフリーポット苗配布を実施。部会員が一丸となって品質の向上に努め、サツマイモ基腐病に対しては「持ち込まない、増やさない、残さない」を合言葉に、行政や関係者との連携で対策を継続しました。■生育期の高温・干ばつにより肥大不足が懸念されましたが、生産者の管理の努力で市場引合いの強い2L・L・Mサイズ中心での収穫ができました。最後まで安定した品質を保つことができ、年間を通して好調な単価を維持したまま販売が終了しました。

■香港の輸出やJA熊本経済連を介した値決め相対取引、ふるさと納税返礼品への出荷など、さまざまな販売に取り組み、出荷量は1343t(前年対比92.8%)、販売高は3億6698万円(前年比90.2%)となりました。

■お歳暮時期におけるサツマイモの需要が高まっており、JA直売所での販売を強化。地産地消と農家手取り向上に努め、8年連続で部会員1戸当たりの平均販売高1000万円を突破することができました。引き続き、高品質な甘藷にこだわり栽培指導を丁寧に行います。また、取引先との情報交換を大切に、更なるPRと有利販売に努めます。



あいさつする大田黒部会長

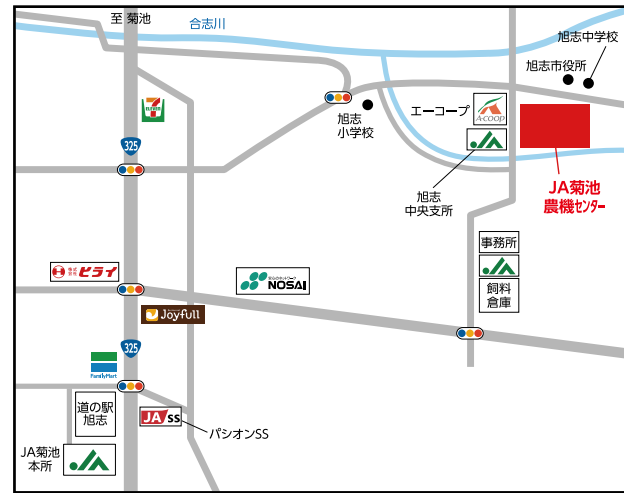
〈表彰〉



品質・選別優秀賞 西本隆敏
坪堀品評会最優秀賞 古庄祐輔(高系14号)
内村俊治(紅はるか)

農業機械の修理・点検は **0968-37-2208**へ

農機センター 菊池市旭志小原251



農機のことば農機センターへ
農業機械課 岩本です

アグリサポートワゴン 休日対応はこちらへ
090-4474-0269



自動車のことはカークリニックへ
自動車課 古荘です



カークリニック 菊池市泗水町永3670-1

自動車の修理・点検は **0968-38-6333**へ

中期3カ年計画策定に向けた取り組み

第13次地域農業振興計画策定へ 全体方針説明会 R8.7.28

来年度から実施する中期3カ年計画の策定に入る前の説明会を、合志市総合センター「ヴィーブル」で開きました。組合員と役職員217人が参加し、計画策定に向け意識統一を図りました。東組合長は「計画策定は、組合員の意思反映があってこそ。JAが未来永劫であり続けるために何が必要か、組合員の積極的な意見を聞かせてほしい」とあいさつ。

基調講演として、日本協同組合連携機構常務理事の小林元氏より「協同組合に集う私たちの役割ー協同組合の理念ー」をテーマに話を聞き、協同組合の成り立ちや役割について学びを深めました。小林常務理事は「組合の主人公は組合員。未来に豊かな地域農業をつなぐため、総力を結集し組合をもりたてることが重要」と話しました。

総務部企画広報課より計画策定の意義なども説明しました。



東組合長



協同組合の成り立ちについて講演

支所別座談会 R8.8.12~28

組合員の意見や考えを計画に反映させるための座談会を、8つの中央支所で開きました。

東組合長が「JAの事業運営において、組合員皆さんの事業への積極的な参画をお願いしたい。農業情勢は大変厳しいが、農家の所得増大に向け、この危機を乗り越えられる計画を作っていこう」と呼びかけました。

座談会では計画素案を説明。米の適正な価格形成への訴えや事業のスリム化への要望などさまざまな意見がありました。



意見・要望を伝える組合員ら

青壮年部・女性部との 意見交換会 R8.8.12

意見交換会をパシオンで開き、青壮年部と女性部、役職員62人が参加し、各部より担い手対策や農業所得への課題など、積極的に意見を述べました。

青壮年部の歌丸純部長は「盟友らがしっかりと計画内容を理解し、JAの事業に興味を持ってもらえるよう取り組みたい」と話し、女性部の堤幸子部長は「意見を聞いてもらえる貴重な場を設けていただきありがたい。JA組織の一員として女性部の役割をしっかりと果たしていきたい」と話しました。

その他、各生産部会との意見交換会や組合員アンケート調査を行い、意見を反映し、具体的な取り組みを盛り込んだ計画策定を進めてまいります。



自給飼料用トウモロコシの収穫作業



コーンハーベスターとダンプのみごとな連携

6条、8条刈りの自走式ハーベスターがフル稼働で、「コスト・労力の低減」「品質のいいサイレージ」「品質の良い牛乳生産」を目指します

一期作の収穫作業7月中旬から8月中旬まで、オペレーターが交代で雨天以外は毎日行いました。晴れの日が続く作業が順調に進み、トウモロコシの出来も良く、いい飼料が出来そうです。

※刈り取られたトウモロコシは細かく刻まれ機械から噴出。それを受け止めるのは4トンドンプで、息を合せて操作。荷台がいっぱいになると農家のバンカーサイロに運びます。



オペレーターは、運転席のモニターを見ながらボタンで操作し、安全にスピーディーに作業を行います。



韓国TVの健康番組に「エゴマ」

韓国放送公社KBSが7月30日、菊池管内の農家でつくる「菊池えごま生産組合」を取材。エゴマの苗が植えられた圃場の撮影や、組合員のエゴマ栽培へのこだわりなどのインタビュー取材がありました。

KBSは、世界各国の公営放送局と業務提携を結び、国際化と最新の情報伝達に力を入れています。今回は20年以上続く健康番組「生老病死の秘密」で、エゴマと海苔を取り上げ、熊本を訪れました。科学的根拠に基づいた情報を視聴者へ届け、健康的な食生活へのきっかけを提供します。「どのように食べれば効果があるのか」「毎日の食生活にどう取り入れればよいのか」などを実践的に伝えます。

※韓国での放送は10月に3週連続で紹介される予定。放送後、YouTubeでも視聴できます。

※同組合は「無農薬・無化学肥料で栽培し、低温圧縮（コールドプレス）製法で油を絞り、高品質なエゴマ油を販売する。取材のきっかけはJA菊池HPとのこと。栽培環境や作業のようすなどが丁寧に取材されました。JAS認定工場を持つ肥後製油での取材もありました。



韓国TVの取材を受ける上村組合長(左)



エゴマ生産者と韓国TV取材班



6月の種まきのようす

JA菊池肉牛枝肉共励会 R8.7.23

最高賞に中林ファーム

第38回JA菊池肉牛枝肉共励会を熊本畜産流通センターで開き、最高賞の畜産専門委員長賞に(株)中林ファーム出品の枝肉が選ばれました。共励会は、肉質と生産性の向上、「きくちのまんま」ブランドの確立を目的に毎年開いています。

表彰式で肉牛部会安武孝浩部会長は「共励会も38回目となり、肉質も向上し、良い成績が出ている。畜産環境は厳しい状況が続いているが、50回100回と続けていけるよう部会員一つとなって乗り越えていこう」とあいさつしました。



坂本さん

中林さん

斎藤さん

肉質と生産性の向上、「きくちのまんま」ブランドの確立を目指します！

〈表彰〉 ※出品数：交雑種14頭、褐毛和種4頭、黒毛和種32頭



畜産専門委員長の岩根さんより
カップを受け取る中林さん

〔交雑種の部〕

金賞：坂本正信 銀賞：園田進一郎 銅賞：吉良至誠

〔褐毛和種の部〕

金賞：斎藤拓矢

〔黒毛和種の部〕

金賞：(株)中林ファーム

銀賞1：岩根大三 銀賞2：(株)出口畜産

銅賞：(同)清水畜産、(株)安武ファーム、(株)佐々畜産



©よい食P

JA菊池肉牛部会生産の牛肉は、JA熊本経済連ブランド牛肉

黒毛和種『和王』、交雑種『味彩牛』、褐毛和種『あか牛』

などとして販売されています。

2026年度に「和王」誕生
20周年を迎えました。



◆くまもと黒毛和牛「和王」は、黒毛和種の最高峰のプレミアム牛。肉質等級4・5等級、BMS（霜降り度）6以上を満たしたとろける食感が特徴です。

◆味彩牛（あじさいぎゅう）は、黒毛和種と乳用種を交配させた交雑種（F1）で、適度な霜降りと手頃な価格が魅力の牛肉です。

◆熊本の赤牛（くまもとあか牛）は、日本の和牛の品種の一つである褐毛和種（あかげわしゅ・熊本系）のことです。豊かな赤身のうま味、やわらかさ、ヘルシーさが特徴です。

JA菊池生産者のお肉は「まんまキッチン」で購入できます!!

適正な価格形成

2024(令和6)年5月、農政の憲法と言われる「食料・農業・農村基本法」が25年ぶりに改正されました。「食料安全保障の確保」が基本理念の柱として位置づけられるとともに、食料の価格形成にあたっては、持続的な供給に要する合理的な費用が考慮されるよう、必要な施策を講じることとされました。

農業では、生産に必要な資材の価格が上昇・高止まりしている一方、これらのコストを販売価格に適切に転嫁することが難しい状況が続いてきました。こうしたなか、「食料・農業・農村基本法」に基づき、2025(令和7)年6月には、生産から流通・製造・小売、消費者までの食料システム全体で、「合理的な価格」の実現を目指す法律(食料システム法)が成立しました。関係者の理解・協力のもと、コストを考慮した適正な価格の実現を目指す取り組みは、農業と食の安心を、未来につなげていくものといえるでしょう。

コストを考慮した価格で農畜産物が販売されると…



こくしょうこくさん 国消国産

「国消国産」とは

「国消国産」とは、「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」という考え方のことで、JAグループ独自のキーメッセージです。

「国消国産」の考え方を、食料を生産する側だけではなく、国民全体で一緒に考えていけるよう、JAグループは2021(令和3)年に国連が定める「世界食料デー」に合わせ、10月16日を「国消国産の日」として制定しました。

食と農を取り巻くリスクは年々高まっています。特に直近では、世界情勢の変化や円安の影響などにより、肥料や燃料などの生産資材の価格が高止まりしています。一方で、農畜産物価格には、そのコスト上昇分を十分に反映できておらず、農業現場は厳しい状況が続いています。

必要な食料が不足しても、すぐに食料生産を拡大することはできません。いざというときに食料に困らないために、農業を持続可能なものにしていく必要があります。

出典:JAファクトブック2026

合志支部 副支部長

さかもと 悠三
坂本 悠三

プロフィール

- 就農年数 10年目
- 生産品目 カスミソウ22a
水稲10ha、大麦12ha
- 父・耕三さん、母・京子さんと
家族経営



仲間の経験が 悩みの解決のヒントに



**経営が良くなるよう
工夫し、毎年改善**

合志支部の副支部長を務めています。盟友の皆さんと交流を深め、一人ひとりがより良い農業経営につながると思っています。どうぞよろしく願います。

趣味は、家族旅行です。今年は長崎県の雲仙に行きました。旅先でおいしいものを食べるのが楽しみです。

私は、小さい頃から農業が身近にあったので、自分もやるものだと思っていました。ただ、一度は農業以外の仕事をしていた方がよいと思いい、5年程関東で一般職を経験しました。

農業は、日々の仕事の成果がしっかりと自分に戻ってくるところが面白いですね。毎年、経営が少しでも良くなるように改善し、工夫することを繰り返しています。今年は、カスミソウの畑の土壌分析を行い、過剰施肥にならないよう施肥設計改善に取り組みます。気を付けていることは、いかに楽に仕事をするか、その方法を考え、挑戦し、次の取り組みへ生かしていくことです。水稲関係では、これからの省力化に向け、ドローンを購入しました。補助事業の研修で、近代

農業の価値を伝えたい

私は支部の飲み会に誘われたことがきっかけで、青壮年部にそのまま加入することになりました(笑)。支部長も務めた経験がありますが、他の支部との交流もあり、つながりができたことが良かったです。毎年、チャレンジコンペティション大会や盟友の主張、組織活動発表で、どのような内容にする

化資金のを知り、活用経験がある盟友に聞いて、私も活用することになりました。仲間の経験談は、何よりも信頼があります。身近に相談できる人がいるのはありがたいと改めて感じました。



合志小の田植え交流



ウイングモアを活用し、効率的に畦畔管理作業！

か夜集まって話し合ったことが思い出となっています。

支部活動は、毎年行う小学校への田植えと稲刈りの交流活動です。子どもたちには植物観察や農業を体験することで楽しさを感じてほしいです。今年は、個人的にも田植え交流をインスタで募集し、やつてみました。雨で予定通りにはできませんでしたが、楽しんでもらえ嬉しかったです。

近年は、肥料農薬や機械も高騰し、農業を取り巻く環境はとて厳しいです。管内では、住宅地が増えてきました。地域の方にもっと農業を理解してもらえようというイベントなどできたらと考えます。農業の価値をしっかりと伝えることも私たちの役割だと思います。

8/7 JA菊池助け合いの会学習会

笑って学ぶ終活講座 “テーマは『相続』”

パシオンで開き、80人が参加しました。熊本市の司法書士法人より「笑って学ぶ終活講座」と題し講演。漫才で笑いを交え遺言・相続手続きなどについてわかりやすく説明。会場には笑顔が溢れ、楽しく学ぶことができました。参加者は「相続問題は難しいなと思っていたけど、楽しみながらわかりやすく学ぶことができた。今から終活を前向きに準備したい」と話していました。

※助け合いの会は、福祉や食育活動で活躍している組織です。学びの機会を設けることで、会のチームワークも高めています。



七城 「認知症マフ」を寄付



七城陽だまりマフの会と大津助け合いの会が制作した認知症マフや手の硬直ケアに役立つ毛糸のボールなどを大津町内の病院に贈りました。

西合志 夏季訪問活動



西合志助け合いの会は7月、管内の一人暮らし高齢者夏季訪問を行いました。地震のお見舞いも兼ね、お困りごとがないかなど声掛けをしました。

泗水 めぐみの里訪問



泗水助け合いの会は6月、めぐみの里の誕生会を訪問し、傘輪投げ大会をして手作りのキラキラメダルを贈りました。誕生者の方には花束をプレゼントしました。

泗水 「ボッチャ」で交流

泗水月一クラブは、赤・青のボールを使って競う「ボッチャ」をして楽しみました。チーム対抗戦で、笑いあいの白熱戦でした。



まんまクラブ

まんまクラブは、JA女性部会員で農産物市場に出荷されている方々つくるクラブです。中央支所ごとに設置しています。

農産物市場出荷協議会加工会員研修



加工品を出荷する会員向けの研修会を7月23日、パシオンで開きました。菊池保健所衛生環境課より「食品衛生管理」の講演があり、食中毒の発生状況、衛生管理の注意点などを学び再確認しました。安全に消費者に提供するために、会員一人ひとりがしっかり理解し、食の安全を守るため年2回研修会を開いています。

新鮮で安全・安全を お届けしたい

本年度より会長を務めております。日頃より、皆さまのご協力に感謝いたします。どうぞよろしくお願ひします。

農産物市場直売所「きくちのまんま」は合志店、菊池店、菊陽店の3店舗があります。私は、菊陽店のオープン時から20年以上お茶を出荷しています。出荷するときに会員の方やスタッフの方たちと会話をすることが楽しみです。会員の方一人ひとりが日々頑張つて出荷され、生き生き

美味しいと言ってもらえる
喜びを感じて



農産物出荷協議会

かまだ
会長 鎌田 つゆみ

プロフィール

2026年度より農産物市場出荷協議会会長を務める。

品薄となる夏は
JA阿蘇より
高冷地野菜を
入荷し、品揃えを
充実させます



お花もあります

長く愛してもらえ
店舗を目指して

お茶の他に、肉用牛繁殖、米、WCSを生産していて、夫と子どもたちと家族5人で経営しています。忙しい日々ですが、毎日子牛にミルクをあげることが私の癒しの時間となっています。また、子どもたちが一緒に農業してくれているのでありがたく、とても頼もしいです。9月に夫婦で初めて、ふれあいの旅で石川県に行くことができます。送り出してくれる家族に感謝です。少しずつ自分の時間も大切にできたらいいなと思っています。



2026年度新役員のみなさんと

農産物出荷協議会は各支所の「まんまクラブ」を中心に活動しています。毎月、営農部や生活指導員と会議を行い、より良い店舗づくりに努めています。また、品

質管理委員会では3店舗を年2回巡回し、出荷されている農産物の鮮度や陳列状態、ラベルチェックをしています。加工品については、原材料の記載、出荷日付など表示の適正についてチェックを行っています。加工所の巡回、衛生管理研修会を実施し、安全安心の管理体制づくりに取り組んでいます。広報委員会では、各店舗でイベントや試食会を行い、季節に応じた店舗の装飾やレイアウトを変えるなど工夫し、売り場づくりを行っています。

農産物市場のいいところは、自分で値段を付けて売れるということです。最近では会員が減少しているため、若い世代の野菜づくりに興味がある人は気軽に加入してもらいたいと思っています。これから長くお客様に愛していただけるよう、会員みんなで団結して取り組んでいきましょう。



店頭で冷たいお茶を提供しました



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

健康食材活用レシピ：日本の伝統食材 みそを使って

キノコのみそミネストローネ



※写真は盛り付け例

材料（4人分）

- 好みのキノコ…150g
- （シメジ、マイタケ、エノキタケなど）
- スープ（ブイヨン）…600ml
- トマトの水煮（カットタイプ）…200g
- みそ…大さじ1と1/2
- 温泉卵…4個
- 小ネギ…適量
- 黒こしょう…少々

レシピ提供：みそ健康づくり委員会

「なめみそ」とはどんなもの？

なめみそとは、調味料として使うみそではなく、そのまま「なめて」食べるおかすみそのことです。
なめみそは大きく分けて2つの種類があります。1つは大豆や麦、米などから作ったこうじに食塩などを加えて発酵させる「醸造なめみそ」で、金山寺みそが代表的です。もう1つは、通常のみそを元に加工して作る「加工なめみそ」で、ピーナツみそやゆずみそ、鯛みそなどがあります。

参考：みそ健康づくり委員会ウェブサイト

【作り方】

- ①キノコを食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にブイヨンスープを入れ、キノコを加えて火にかける。煮立ってきたらあくを取り除いてトマトの水煮を加え、中火で5、6分煮る。
- ③みそを加えて味を調べ、器に盛り付けて温泉卵を入れる。
- ④小口切りにした小ネギを散らし、黒こしょうを振って出来上がり。

食卓を彩る／
とっておきレシピ

赤堀料理学園校長／管理栄養士／
日本フードコーディネーター協会常任理事●赤堀博美



※写真は盛り付け例

材料（作りやすい量（6人分））

- ナス…8本（640g）
- インゲン…4本（30g）
- 豚ひき肉…100g
- ネギ…1本（100g）
- ショウガ…1片（5g）
- ニンニク…1片（5g）
- 赤唐辛子…1本
- 赤みそ…大さじ3
- 豆板醬（トウバンジャン）…小さじ1
- 砂糖…小さじ2
- しょうゆ…大さじ1
- 酒…大さじ1
- 片栗粉…大さじ1/2
- 水…200ml
- 油…大さじ3

とっておきレシピ

ナスの肉みそ炒め

ポイント

旬のナスを使った、ご飯が進む1品です。赤唐辛子は水に漬けておき、丸ごと使うことで程よい辛さになります。⑤ではナスが崩れないように大きく混ぜながら煮込みましょう。

【作り方】

- ①ナスはへたを切り落として縦6等分に切り、10分程度水にさらしておく。インゲンは筋を取り、2分程度ゆでてからざるにあげ、3等分の長さに切る。
- ②①のナス、インゲンの水気を拭き取り、160度の揚げ油（分量外）の中で2分ほど素揚げする。
- ③ネギ、ショウガ、ニンニクはみじん切りにする。赤唐辛子は水に30分ほど漬けてから種を取り除く。Aはボウルに入れよく混ぜておく。
- ④中華鍋に油を熱し、ショウガ、ニンニク、赤唐辛子、豚ひき肉の順に入れて炒め、豚ひき肉がパラパラになったらネギを加えてさっと炒め、Aを加えてさらに炒める。
- ⑤とろみが付いてきたら、ナスを加えて混ぜながら2、3分煮込む。仕上げにインゲンを加え、赤唐辛子を取り除き、皿に盛って出来上がり。

お米の
健康と栄養
クイズ



私たちの日々の健康と元気を支えているお米。
その栄養や食べ方の工夫を学ぶクイズに挑戦！
お米が持つ力と魅力を見直して、よりおいしくいただきます。

クイズ監修：管理栄養士・大槻万須美 イラスト：服部新一郎

Q 約50年前に比べて日本人が食べるお米の量はどうなったでしょうか？
A 半分に減っています。
☆1962年（昭和37年）は、日本人一人一人が食べるお米の量は、平均118.3kgでしたが、2021年（令和3年）には、51.5kgまで減っており、半分になっています。

Q 日本の食料需給率は？
A 38%と、とても低いです。
☆上位3か国>1位カナダ（233%）、2位オーストラリア（169%）、3位アメリカ（121%）
※参考資料：農林水産省「食料需給表」など
—農林水産省HPより抜粋—
★食料自給率を上げるために、ご飯を1日にもう一口食べましょう！ JAグループは「私たちの国で消費する食べ物は、出来るだけこの国で生産する」という『国消国産』を提起しています。

Q3 正しいものを選びましょう！
お茶わん1杯のご飯に含まれるタンパク質の量はどのくらい？
1 納豆10分の1パック分
2 煮干し1匹分
3 卵2分の1個分

Q4 正しいものを選びましょう！
運動1、2時間前に食べる軽食で、お薦めなのは？
1 梅こんぶおにぎり
2 焼き芋
3 バナナ

Q1 〇か×で答えましょう！
お米には肌の調子を整える効果があるとされている。

Q2 〇か×で答えましょう！
ダイエットしたいなら、ご飯（お米）は食べない方がよい。

時間帯別
運動前にお薦めな食事
運動 3、4 時間前まで
肉類など消化に時間のかかるタンパク質や食物繊維の多い根菜類、脂質を含む食事
運動 1、2 時間前
おにぎりなど消化の良い糖質
運動 30 分前
エネルギーゼリーやバナナ

空腹状態での運動は、エネルギー生成のために筋肉の分解が進むことがあります。1、2時間前はおにぎりなど、消化の良い糖質中心のものを食べると胃腸に負担がかからず、スムーズにエネルギーに変換されやすくなります。

Q3 〇か×で答えましょう！
お茶わん1杯分のご飯に含まれるタンパク質は約3・8gで、卵約2分の1個分強に相当します。さらに、豆腐やみそ汁などと組み合わせると必須アミノ酸のバランスが整い、タンパク質として体に利用されやすくなります。

Q4 〇か×で答えましょう！
空腹状態での運動は、エネルギー生成のために筋肉の分解が進むことがあります。1、2時間前はおにぎりなど、消化の良い糖質中心のものを食べると胃腸に負担がかからず、スムーズにエネルギーに変換されやすくなります。

解説

梨部会 「菊池梨」販売中 (10月下旬まで)

梨「秋麗」出荷前の目ならし会を8月5日、北営農センターで行いました。糖度検査や重さ、色味や食味を確かめ、出荷日・出荷規格を確認。食味も良く、糖度も乗って、品質良好で8月7日から出荷が始め、「秋麗」は8月下旬で終了。9月からは品種を変えて10月下旬まで、農産物市場「きくちのまんま」、経済連「you+youくまもと」などで販売しています。(担当 石原)



糖度検査



色味や食味を確認

鳥獣被害防止は地域で対策を

JA菊池鳥獣被害防止対策研修会を8月4日にパシオンで開き、JA熊本中央会が行う熊本県農業鳥獣被害対策事業の申請者ら56人が参加しました。県北広域本部農業普及・振興課よりイノシシの習性や取り組むべき対策などの説明があり、「電気柵などを設置し個別で対策することも大事だが、地域で対策しなければ根本的な対策とはならない」と地域ぐるみによる対策の重要性が示されました。林務課から「くくりわな」「はこわな」などによる捕獲のポイントについての説明もあり、狩猟事故や猟具の取り扱い上の注意事項などを学びました。参加者は「これまでの電気柵の設置方法や使用方法が間違っていたことが分かった。正しく設置し、今後もしっかりと対策を行いたい」と話していました。



〈地域ぐるみで「えづけSTOP!対策」に取り組みましょう〉

ステップ1:みんなで勉強 ステップ2:守れる田畑・集落づくり

ステップ3:囲いや追い払い ステップ4:有害鳥獣の捕獲

※対策を取り組むうえで、誤った順序で進めると将来的に効果維持が難しくなります。上記のステップで取り組むことが重要です。

水稻防除ドローンで散布



菊池市の農事組合法人袈裟尾は7月31日、ドローンによる防除作業を行いました。高さ3mから薬剤を散布し、2人のオペレーターがトランシーバーで声をかけ合いながら作業しました。昨年、ドローンを導入し散布事業が2年目を迎え、作業時間が従来の2分の1となり、省力化につながっています。法人代表の上野洋一さんは「年々作業の依頼が増えている。もう一台導入し、さらなる効率化を図り、地域の安定した米づくりに貢献したい」と意欲を示しています。オペレーターの奥田奨さんは「民家が近い圃場では特に注意し、丁寧な作業に心がけている」と話しました。※同法人は農作業受託を中心に経営する農事組合法人。作業の効率化のためドローンを導入し、構成員2人が免許を取得。水稻の他、麦や水田ゴボウにも活用する。70haの作業を受託。

水稲 通信

水稲の収穫期が近づいています



菊池中央
営農課 坂本

高温障害対策と病害虫の発生に注意しましょう

今年も全国各地で記録的な猛暑に見舞われ、管内でも梅雨明け(7月8日)以降、猛暑日が続いており、**稲の体力低下が懸念されますので適切な水管理(間断灌水)を行い、作物の活力維持に努めましょう。**

また、登熟初期(出穂日から20日間程度)の平均気温が26℃を超えると稲に高温障害(玄米が白くなる)が発生し品質が低下しますので、**適切な水管理(間断灌水)や通水が可能な圃場は「かけ流し」を実施するなど、高温障害対策に心がけ安心・安全なお米を届けましょう。**

「**病害虫の発生**」については、トビイロウンカの初飛来が7月3日、主飛来が7月7日、次いで7月17日に比較的大きな飛来波があったことから、第一世代が定着していると想定されます!平年並みの飛来ですが適期防除に努めましょう。斑点米カメムシについては、注意報は出ておりませんが、穂揃い期から乳熟期以降にかけカメムシがいると斑点米が増えますので発見したら防除しましょう。

「**いもち病**」については、平年並み(7月31日時点)となっております。ほ場を観察し伝染源となる上位3葉に葉いもちの病斑が見られる場合は速やかに防除を行いましょう。

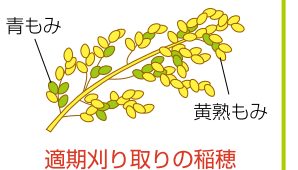
おいしいお米の4つのポイント

その1▶産米改善目標

玄米水分…**15%** 玄米水分 **15%**
整粒歩合…**80%以上** 乾燥しすぎた玄米は食味が悪くなるので注意しましょう
入れ目……一俵当たり60kg
正味1kgプラス
たんぱく質含量…**6.4%以下**

その3▶適期刈り取り

一穂の中で **青もみが15%**程度残っている時が刈り取り適期です。適期を過ぎると茶米・胴割れ米が増え、品質が低下します。



その2▶落水期の延長

落水は **収穫前5~7日**を目安とします。落水が早すぎると根の活力が落ち、収穫品質も低下します。

1週間以内に収穫!

その4▶乾燥調整

収穫した生もみは **2時間以内に**乾燥機に入れてください。

急激な乾燥は品質及び食味が低下しますので、注意しましょう。

乾燥温度
静置式 35℃以下
循環式 40℃以下

送電線に**防雀テープ**や**ビニール**等が飛来し**停電**が発生します

- 風で飛ばないようにしっかりと固定してください
- 感電の危険性があります
- 電線に絡まった防雀テープやビニール等には近づかず**九電ハイテック**にご連絡ください



防雀テープ



農商用ビニール



【連絡先】(株)九電ハイテック熊本支社送電グループ TEL 096-386-2259

台風時の水管理 次のことに気をつけましょう。

- ①事前対策として強風による水分ストレス等を避けるため、やや深めに湛水する。
 - ②事後対策として冠水した本田は極力排水に努め、水の入替えを行う。
 - ③強風後のイネは水分の吸収が盛んになるのでやや深水とし徐々に浅くし、回復を待つ通常の水管理にもどす。
- (注) 田んぼの見回りは、台風などで危険な状態が予想される場合は絶対に行わないでください。雨や風がおさまってから、十分に気を付けて行いましょう。

乾燥ニンニク出荷最盛!! 品質良好で辛みが強く味よし!



ガンバロー熊本!! 復興願うヒマワリ満開!



菊池市旭志の岩根高輝さんのニンニク畑です。8月上旬に咲き始め、中下旬に満開となりました。岩根さんは「10年前の熊本地震後に元気を届けたいとニンニク収穫後にヒマワリの種を播き、毎年続けました。まさかまた大きな地震がくるとは…。道行く人に喜んでもらい、熊本の復興を願います」と話しました。

出荷調整作業
乾燥後のニンニクをきれいに調整し選別します。

食農教育

JAグループの食農教育をすすめる子ども雑誌「ちゃぐりん」

イラストで構成する楽しい表紙

毎月、旬の野菜キャラクターが登場します!

小学校やJAがすすめる食農教育のテキストなど、広く活用されています

農業、食べ物、健康、自然、いのちのたいせつさを伝え、思いやりと助け合いの精神を育む雑誌



定価 600円(税込)

JAグループ 家の光協会発行

「ちゃぐりん」を小学校へ贈呈



食と農について楽しく学べる子ども向け教育誌「ちゃぐりん」8月号を7月10日、菊陽町の小学校4校の3年生に贈りました。

※『ちゃぐりん』を通じて将来を担う子どもたちに食と農について関心を持ってもらおうと、9年前から管内の小学校に届けています。

※「ちゃぐりん」の
お問い合わせ、
お申し込みは、
中央支所生活係まで

☆JA菊池

「まんまキッズスクール」では、活動日に「ちゃぐりん」を提供しています。



スクール生も大好きな雑誌です

特集

第60回全日本高等学校馬術競技大会

7月22日〜25日・静岡で開催

感動、感謝、思いやり、夢を育み未来を創る菊農生くあらゆる可能性を見つめ「歩前へ」
菊池農業高校生の今を伝えます
令和8年度学校スローガン「農に学び拓く」

菊池農業高校馬術部
激闘を制し9年ぶり5度目の頂点へ!



静岡県御殿場市馬術・スポーツセンターで開催された「第60回全日本高等学校馬術競技大会」は7月25日、熱戦の幕を閉じました。全国8ブロックの予選を勝ち抜いた36校の精鋭が集結した今大会、決勝で茨城県立真壁高等学校との同点に及ぶ大接戦を制した熊本県立菊池農業高等学校が、9年ぶり5度目の優勝を果たしました。

運命を分けた

「減点0」の差

決勝戦は、両校ともに総減点12という一歩も譲らぬ展開となりました。勝負の行方は大会規定により、走行中に障害を一つも落とさなかった「減点0」の選手数に委ねられ、僅差で菊池農業高校が勝利を掴み取りました。

面識のない馬との「コンビ

今大会は「貸与馬」形式で行われ、選手たちは大会当日まで面識のない馬とコンビを組み、短期間で信頼関係を築かなければならないという過酷な条件下で戦いました。菊池農業の選手たちは、馬の個性を瞬時に見極める高い戦略性と、日頃の修練に裏打ちされた人馬一体の絆を見せ、強豪真壁高校を破つての戴冠となりました。



最終成績

優勝…熊本県立菊池農業高等学校
準優勝…茨城県立真壁高等学校
第3位…熊本県立南陵高等学校
第3位…北海道静内北星(合同チーム)

9年ぶり5度目の快挙

(5回優勝は全国最多回数)

菊池農業高校にとって、今回の優勝は第51回大会以来、9年ぶりの快挙となります。九州地区の代表として、歴史ある大会の節目となる第60回記念大会で、再び「夏の王者」の称号を熊本に持ち帰ることになりました。

佳子さまのあたたかいエール

大会では選手や馬の調整後、3日目の7月24日に開会式が行われました。秋篠宮家の佳子さまがご臨席され、全国から集まった175名の選手たちに向け「馬と気持ちを通い合わせて課題を乗り越えてきた経験は、皆さんを支えてくれると思います。存分に力を発揮できるように応援しています」とあたたかいエールを送られました。選手たちはこの激励を背に、真夏の御殿場で全力を尽くしました。

菊農のフレッシュ農産物はいかがですか?

【定期販売会】毎週 金曜 午前9時半〜

〈農産物〉・季節野菜・たまご など



販売場所等の詳細は、学校にお問い合わせください。 TEL 0968(38)2621



かに座
6/22〜7/22

【全体運】丁寧な作業が好結果につながります。ダメージを負わないよう準備を入念に。問題は話し合いで解決の兆しが【健康運】よくかわことが大切。バランス良く食べましょう【幸運の食べ物】エリンギ



ふたご座
5/21〜6/21

【全体運】好調運に後押しされて活躍が期待できます。レジャーを楽しむ余裕も生まれそう。友人に積極的に連絡を取って【健康運】話題の健康法を試して。楽しく元気に過ごせます【幸運の食べ物】ジャガイモ

疾患別の漢方治療：胃腸虚弱

公立菊池養生園保健センター長 芹川和志

秋になって、どうも身体のだるさが取れず体調が今一つよくないという方は、夏の間に弱った消化器の働きが回復せず、栄養の消化吸収とエネルギーの生成がうまくいかず、スタミナ不足に陥っている可能性があります。漢方では消化のメカニズムを次のように考えています。

■口から入った飲食物は大地の恵みである栄養分をたっぷり含んでいます。これらはまず胃に入り、大まかに消化されながら小腸に入ります。ここで内容物は固形成分と液体成分に分けられます。固形分はカスで、大腸に送られ便として排泄されます。液体成分には大切な栄養分が含まれ、漢方では「水穀の精微」と呼んでいます。

■この水穀の精微は脾に吸収されます。「脾」は現代医学の栄養分の消化と吸収全般を指す概念で、まず脾に運ばれた水穀の精微は肝を経由するか、細い霧状の粒子に拡散して立ち上り肺に行きます。ここで呼吸によって摂り入れられた空気中の天空の気と水穀の精微が結合して、一部は生体エネルギー（気）となって身体や臓器を動かし、一部は血となって栄養分を身体のすみすみまで送り届けます。水穀の精微を溶解していた正常な水は、一部は汗となり、残りは身体の中を巡って膀胱に至り尿となって排泄されます。このように漢方では、栄養の消化吸収、気血の生成、水分の代謝に最も深く関わっているのは脾と胃であり、従って「胃腸が弱い」「疲れやすい」「貧血や低血圧」「尿の出が悪い、身体がむくむ」などの症状は脾胃の虚弱あるいは不調からくると考え、脾胃の虚を補う処方を工夫しているのです。では、具体的な処方例を見てみましょう。

四君子湯（しよくんしとう）：脾の働きが悪いために、消化吸収の機能が減退し、その結果、食欲不振、食後の不快感、疲れやすい、身体がだるいなどの症状がある場合に用います。

六君子湯（りっくんしとう）：脾の働きが悪くなると消化吸収の機能が低下するだけでなく、胃腸に吸収されない余分な水分がたぶつき、嘔気、げっぷ、下痢などの症状を呈します。このような場合は、先ほどの四君子湯に利水作用のある薬味を加えた六君子湯を用います。

人参湯（にんじんとう）：脾の働きが弱ると、消化不良だけでなく、生きていくのに必要なエネルギーが生成できなくなり、身体が温まらず冷えが生じます。こういう場合は、朝鮮人参を主薬とし、身体を温める乾姜などを配した人参湯を用います。

補中益気湯（ほちゅうえっきとう）：脾が弱り、消化吸収の低下、エネルギー不足が続くとスタミナが不足して手足がだるいだけではなく他の内臓も活力を失います。身体の弱い人の中には、内臓下垂や低血圧などが脾の虚弱が原因で生じることもあり、このような場合は、脾を補うと共に、下垂した気を上に引き上げる作用を持つ補中益気湯を用います。

小建中湯（しょうけんちゅうとう）：飲食の不摂生、生ものや冷たいものの食べ過ぎ、あるいは感情の抑うつのために胃の働きが弱ると胃気虚寒という状態に陥ります。空腹時に胃痛があり、顔色が悪く、疲れやすいなどの症状があり、寒さで増悪し温めると症状が軽くなるような場合には、小建中湯を用います。

健診は受けた後が大切です！～『要精密検査』を放置しないために～

■健診は、病気を早期に発見し、重症化を防ぐための大切な機会です。しかし、健診で『要精密検査』『要治療』と判定されても、医療機関を受診せずにそのままになってしまう方が少なくありません。

■高血圧や糖尿病、脂質異常症、がんなどは、自覚症状が少なく、『症状がないから大丈夫』『忙しいからまた今度』と受診を後回しにしてしまった結果、気付いたときには治療が必要な状態になっていることもあります。健診結果の『要精密検査』『要治療』の判定は、『詳しい検査や治療が必要かどうか確認しましょう』という大切なサインです。

■早めに医療機関を受診することで、異常がなければ安心に繋がります。また、病気が見つかった場合でも、早期に治療を始めることで重症化を防ぎ、健康な生活を続けられる可能性が高まります。

■健診結果が届いたら、『要精密検査』『要治療』の項目がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

健診を受けて終わりではなく、必要な受診に繋げることが健康を守る第一歩です。

【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



受診時に持参するもの

- ・精密検査依頼書
- ・マイナ保険証または資格確認証
- ・お薬手帳（服用中の方）

誕生会

7月の誕生会では合志中央支所助け合いの会の皆さんによる、紙芝居や体操・カラオケ、フラダンスなどで楽しく参加され、腹話術では「けんちゃん」とお話をしながら笑顔で過ごされました。

紙芝居「さるとかに」

けんちゃんだよ！
ようしくねー！

腹話術

けんちゃんだよ！
ようしくねー！

歌の披露

神野美加の
まっぴら御免

フラダンス

“ハワイ航路”に合わせて
体を動かしました

合志中央助け合いの会の皆さんと

お誕生日おめでとう
ございます

団扇作り

8月の誕生会では、オリジナルの団扇を手作りし、皆さんお持ち帰りされました。

匠の技！ゆるっと団扇職人！

夏を乗り切るぞ～

暑さを吹き飛ばそう!!

8月生まれのご利用者さま



↑ 根本

ド根性「ウリ」発見!!



味噌・味噌漬けの作業場入口に、炎天下の中
いつの間にか立派なウリが育っていました。
(西合志・上田)

みんなの



ビーズアート教室を開きました。始めはお
しゃべりしながら楽しく、途中からシーン。集
中して黙々と作業しました。(七城女性部)

み ん な の

梅みそづくり



6月に梅みそづくりをしました。
さっぱりして何にでも合い、夏バテ
知らずに!おいしく食べてま〜す。
(大津内牧地区)

絵手紙に挑戦!



集落長会議の後に初めての絵手紙教室を開きました。講師のやさしく、丁寧な手
ほどきを受け、初めてとは思えない良い作品に仕上がりました!(西合志女性部)

ペ ジ

- 子どもが生まれて6カ月、日々の成長が楽しみです。(チアキ)
- お盆に孫たちが来てくれて、楽しいひとときを過ごすことができました。笑顔がたまらない…。孫レスになっています。(サチヨ)
- 地震、本当に怖かったです。熊本復興願います。菊池地域の農産物や生産現場をもっと知りたいです。郷土料理の「ゆべし」も好きなので、おいしく作れる方法も教えて下さい。(マキ)
- 農の生け花を見ました。野菜が主役なんて素敵ですね。(ツミ)
- 福岡から長期出張で合志市に来ました。9月号で、梨がなっているところを始めて見ました。品種の食べ比べもしてみたいですね。いろんなところを散策しておいしいものを食べたいです。(ハナコ)
- スペインに行って、サグラダ・ファミリアを見ました。暑くなく、ゆつくり見れてよかったです。(カツミ)
- 猛暑の中、孫たちと数年ぶりに草千里へ。爽快な風が吹き、美しいグリーンが映えて壮大な景色。おいしい空気が最高でした。(キョウコ)

おたより



予告 **まんまキッチン7周年祭**
10月17日(土) 9:00~14:00
住所: 菊陽町曲手688-1

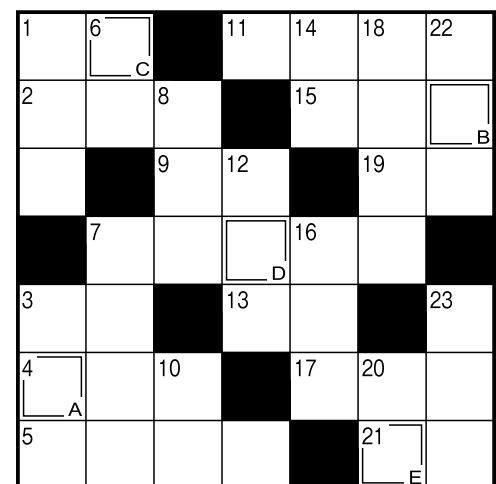
※イベントの詳細内容は、10月配布のいぶき11月号にチラシを折り込みます。お楽しみに!! ご来店お待ちしております。

7月に開催された「農機自動車大展示会」へ、多くの方のご来場がありました。ありがとうございました。農機自動車についてのお問い合わせは、農機車輛部へお気軽におたずねください。農機車輛部



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 食べば鐘が鳴るなり法隆寺(子規)
- 2 ヒトコブだったりフタコブだったり
- 3 味噌煮にしてもおいしい魚
- 4 元のものから分かれ出ること。新たな問題が——する
- 5 橋につけられた柵
- 7 油絵を描くのに使う布。画布ともいいます
- 9 ———の上にも三年
- 11 転居、屋移りともいいます
- 13 漢字から作られました
- 15 歯を抜くときにかけるもの
- 17 付けている人は誰なのかが書いてあります
- 19 寺院に入るときくぐること
- 21 彼はクラスで——を抜いて足が速い

タテのカギ

- 1 おでんにつける黄色い薬味
- 3 アフリカ大陸北部に広がる——砂漠
- 6 仏花によく使われます
- 7 運動会の競技のひとつ
- 8 小豆は昔、赤い——と呼ばれました
- 10 えんぺらがある魚介類
- 12 ダーウィンが提唱した——論
- 14 夫の配偶者です
- 16 皮がむきやすい黄色い果物
- 18 秋桜ともいわれる花
- 20 いざというとき、体を膨らませる魚
- 22 酒などを買う前に、味や香りを確認
- 23 『考える人』で知られる彫刻家



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つつ入ります。

出題●ニコリ 答えは26ページにあります

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10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・阪急交通社・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

10月号
プレゼント



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

※イラストや写真も
お待ちしています。

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。

〒869-1205 菊池市旭志川辺1875
JA菊池「いぶき」10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10月14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、ご意見などもお待ちしております。

こちらからも応募できます▶



さそり座
10/24~11/22

【全体運】難しい対応を迫られそう。あなたのせいではないので気に病まないで。助けてくれる人が現れて状況は好転へ【健康運】考え過ぎないように。体に良い食材を取りましょう【幸運の食べ物】ナメコ



てんびん座
9/23~10/23

【全体運】伸びやかな好調運。温めてきた計画を実行するのも良いですし、思い付きでやったこともうまくいきます。挑戦を!【健康運】おしゃべりでストレス発散。友人とのスポーツも◎【幸運の食べ物】さんしょう

チャレンジ!! 頭の体操

組合員の皆様へ『水稻肥料』をお届けした際に、 レンタルパレットを一部使用しています。

自宅の倉庫を一度ご確認ください、パレットがある場合は、最寄りの資材店舗へご連絡をお待ちしております（ご自宅への引取りも可能です）。

また、「JA菊池物流センター」・「JA熊本経済連集配センター」などのパレットも返却が必要ですので、ご確認のうえ、ご連絡をお願いいたします。

レンタルパレットの返却をお願いします



《資材店舗連絡先》

・菊池アグリハウス TEL:0968-24-0070
・畜産部飼料課 TEL:0968-23-3211
・西宮農経済センター TEL:096-242-3640
・菊陽資材 TEL:096-232-8207

・七城資材 TEL:0968-24-4098
・泗水資材 TEL:0968-38-5889
・大津資材 TEL:096-293-3792

※資材担当より、パレット確認のためのご連絡をさせていただく場合がございます。その際は、ご対応をよろしくお願いいたします。

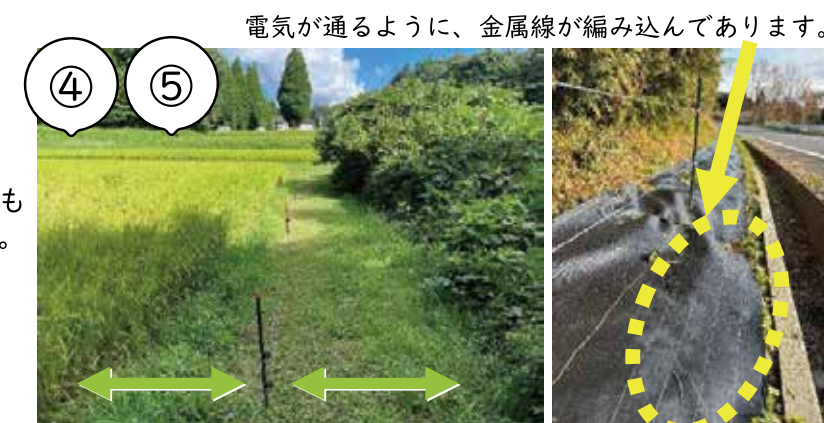
4,000ボルト以上を確保する

電気柵は、電気の痛みにより、電気柵が「怖いもの」だと思わせることで侵入を防ぐものです。電気がしっかり野生鳥獣の体に伝わるようにすることや、慣れを防ぐことが、その効果を引き出す秘訣です。

- | | | |
|---|---------------------|--------------------------|
| ① | 農地に行くたびに、テスターで電圧を計る | ☐ |
| ② | 24時間通電！ | ☐ |
| ③ | 通電しないなら撤去する | ☐ |
| ④ | 柵線に草が触れないように草刈りを徹底！ | ☐ |
| ⑤ | 柵の周りの見晴らしを良くする | ☐ |



気づかぬうちに柵線やアース線を草刈り機で切ってしまうと、電気が流れていなかった…というのは「あるある」です。有効な電圧（4,000ボルト）になっているかを確認するため、普段からテスターで電圧を測定するクセを付けましょう。



理事会の報告 (第5回 R8.7.28)

【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. 6月末事業実績
5. 中央会・連合会等の役員・委員等の就任状況
6. クレーム・苦情等対応状況(第1四半期)報告
7. 自主検査結果報告(令和8年5月検査分)
8. 令和8年産麦概算金
9. 令和8年度「熊本県農業政策確立対策募金運動」の実施
10. 令和8年度営農用(茶用)A重油特別支援対策の実施結果
11. 令和8年度第1四半期末余裕金運用状況及び評価報告
12. 令和8年度第2四半期余裕金運用計画額及び運用方針
13. 地区別座談会顛末(集約)に対する回答
14. 反社会的勢力排除対応管理先対応状況報告(第1四半期)
15. 疑わしい取引の届出状況報告(第1四半期)
16. 確定債権の経過
17. 理事との利益相反契約の結果
18. 青壮年部・女性部報告
19. 理事会付託事項専門委員会報告
20. 県連理事会等の主要協議事項

【議 題】

- [第1号議案] 第34回役員・支所運営委員球技大会
- [第2号議案] 第13次地域農業振興計画策定に係る委員会の設置ならびに委員の選任
- [第3号議案] 第13次地域農業振興計画(第1次素案)
- [第4号議案] 子会社定款の一部変更
- [第5号議案] 第2次自己改革タスクフォース実行計画
- [第6号議案] きくちのまんま有機支援センターストックヤード(製品保管庫)の新設及び固定資産取得に係る建設委員会の設置
- [第7号議案] JA畜産経営継承支援事業の実施
- [第8号議案] キャトルブリーディングステーション事業所預託変更契約締結に伴う理事の利益相反取引
- [第9号議案] パシオンセルフSS自動釣銭機の固定資産取得
- [第10号議案] 2026年度「住宅ローン長期ご利用感謝キャンペーン」の実施
- [第11号議案] 内部者取引管理規則の一部改正
- [第12号議案] 理事の利益相反取引
- 以上の議案について全て承認されました。



無料相談会のお知らせ (組合員向け)

弁護士法律相談会

場所: JA菊池本所応接室
予約は9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

場所: JA菊池本所応接室
予約は10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

場所: 合志中央支所
電話: 096-248-1120

ミゾグッチーレポート

読み手に伝わる広報誌を目指そう！ 広報委員会

JA菊池では、組合員や地域住民への情報発信の強化に取り組んでいます。7月14日、パシオンで広報委員会を行い、各部・中央支所の広報委員と企画広報課職員18人が出席しました。令和8年度広報活動計画についての確認と、今後の取り組みについて話し合いました。

研修も行い、熊本日日新聞社菊池支局の志賀支局長を講師に、中央支所だより作成の研修を行い、読んでいただける支所だよりを作るポイントなどを学びました。

志賀さんは「誰のために、何のために作るのか。また、読み手にどんな印象を持ってもらえたら嬉しいかを考えて作成することが重要」と話しました。参加した広報委員は「アドバイスしてもらった改善点などを今後に生かし、読み手が楽しいと思える誌面づくりに取り組みたい」と話しました。

今回参加した広報委員の職員のみならず、読んでいただく皆さまからの貴重なご意見・ご要望も取り入れながら、より良い広報活動につなげていきたいです。単に“伝える”のではなく、しっかり“伝わる”広報誌となるよう、これからも努力してまいります！また、地域住民・消費者に対する広報力強化も図り、JA菊池の良さをもっと知ってもらえるよう取り組んでまいります。



講師の熊日新聞 志賀さん



誌面づくりについて学びました

インスタグラムも見てネ! “kikuchimanmarche”

あとがき

厳しい暑さが続きます。そんな中でも蝉の声から虫の音に変わり、少しずつ日も短くなっています。季節の変化はあるけれど、日中の日差しは強いですね…。皆様お身体には十分に気を付けてお過ごしください。総代会終了後、各部会の総会が続いています。厳しい暑さは、作物や動物にも様々な影響を与えていますが、工夫や努力により高品質出荷がされていることに頭が下がります。ありがとうございます。 R i k o



地域安全ニュース

熊本県警察本部生活安全企画課犯罪抑止対策室
(Tel. 096-381-0110)



地震に便乗した悪質事犯に注意



地震に便乗した窃盗、不審電話、SNSには注意！
寄付先が不透明な募金は詐欺の可能性あります！



《不審電話》

- ◆被災地への救援物資を集めています！
不要な物や寄付できるものはありませんか？
- ◆避難場所は知っていますか？
家族構成は？近くに頼れる家族はいますか？

《不審者訪問》

- ◆被災地への救援物資を集めています！
家の中を確認させてください！
- ◆地震に備え、家の点検をさせてください！



《不透明な募金》

- ◆被災地へ寄付金を送りませんか？
電子マネーカードで寄付できますよ！
- ◆募金の振込先はわかりますか？
今から教える口座に振り込んでください！

少しでも「怪しい」と思ったら遠慮なく相談を！

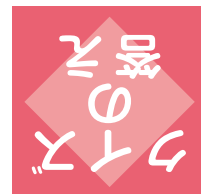
緊急の電話は110番 相談は最寄りの警察署へ

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

6: 2 5
独 教

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

6: 2 5
独 教

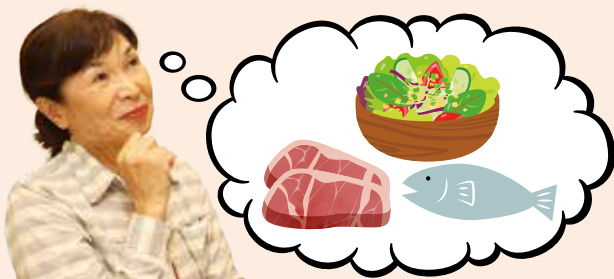


困った時のJA菊池 ～ふれあい食材編～

JAふれあい食材で 健康的な食生活を

毎日の献立、どうしよう？

毎日の献立を考えるのって大変……
家族には栄養バランスの良い食事を食べさせたいなあ



女性部 大津支部長
荒木さん

JAに相談してみよう！ 1

JAに相談してみたら……

ふれあい食材をご利用されませんか？

専任の栄養士が考えた、栄養
バランスの良い多彩なレシピ♪
JAが自信を持っておすすめする
食材を厳選してお届けします！



食材配達員
本田さん

2

ライフスタイルに合わせて選べる！ 3

自分に合った
コースを
選べるんだ！

- 基本コース
栄養バランスを考えた素材中心！
- お手軽コース
主菜の肉・魚のおかずが
30分以内で作れる！
- わくわくコース
お肉中心でボリュームたっぷり！
- 楽々コース
レンジや湯煎で簡単調理！



用途に合わせて、申込書で毎回コースを選べます！

4 忙しい毎日にも、
JAの“ふれあい”を♡

「留守にしているても安心！」



保管箱と
保冷剤を
ご用意
しています！



助かるー！！

ふれあい食材配達員が、まごころを込めて
ご自宅までお届けします！

毎日の食事づくりを、もっと便利に、もっと楽しく。

ふれあい食材について、ぜひお気軽にJAへご相談ください♪



安全・安心をお届けします！

JAふれあい食材宅配
ホームページJAふれあい食材宅配
Instagram

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 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

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