

JA本渡五和だより

あさつゆ

No.338

12

令和2年12月15日号

特集

デコポン収穫祭開催 ポンカン収穫安全祈願祭開催

青壮年部員作：看板



部長
おおつか りょうけい
大塚 陽介さん



本渡五和農協 青壮年部役員のみなさん



副部長
はらだ としや
原田 寿也さん



副部長
かなこ りょうじ
金子 良二さん



事務局長
たていし まさみち
立石 正道さん



監事
よしだ しんいち
吉田 新一さん



監事
くらた まさゆき
倉田 政幸さん



本渡東支部長
うえの ひろき
上野 弘喜さん



亀場支部長
ふくよう ともあき
福用 伴和さん



楠浦支部長
なかつた ごう
中田 豪さん



戸宇土支部長
まつもと しゅん
松本 学さん



宮地岳支部長
まつざわ まさかず
松崎 正和さん



本渡南支部長
はすいけ りょう
蓮池 良正さん



本渡北支部長
ほりうち ひろあき
堀田 英明さん



本町支部長
おかべ せい
岡部 誠喜さん



五和支部長
やまなが ふみのり
山中 史憲さん

発行 JA本渡五和 編集責任者 参事 山口貴浩
熊本県天草市南新町9-22 TEL 0969-23-2231

年末年始の営業時間のご案内

事業所名		令和2年12月			令和3年1月				
		29日(火)	30日(水)	31日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)
本店 ☎23-2231		通常営業		休 業			通常営業		
営農物流センター ☎0120-931-582		通常営業		休 業			通常営業		
五和西支店(購買) ☎34-0101		通常営業		休 業			通常営業		
本渡東支店(購買) ☎22-3311		通常営業		休 業			通常営業		
農機車輛センター ☎34-0163		通常営業		休 業			通常営業		
手野給油所 ☎34-0381		通常営業		休 業			通常営業		
グリーントップ 本 渡 ☎24-1516	店 舗	通常営業		8:30～ 17:00	休 業		8:30～17:00		通常営業
	資 材	通常営業		8:30～ 17:00	休 業				通常営業
	移動販売 (くるもん)	通常営業		休 業				通常営業	
本渡温泉センター ☎24-2181		通常営業	11:00～ 17:00	休 業		11:00～ 17:00	通常営業	休館日	通常営業
葬祭センター ☎22-0983		年 中 無 休							
ガス関係 ☎23-2231		通常営業		休 業			通常営業		
交通事故関係 ☎23-2231		通常営業		JA共済事故受付センターにて対応(※24時間対応) フリーダイヤル☎0120-258-931			通常営業		
天草とれたて市場 ☎32-6888		通常営業 (9:00～18:00)		9:00～ 17:00	休 業		9:00～ 17:00	通常営業 (9:00～18:00)	
(株)オートパルあまくさ ☎22-5204		8:30～ 12:00	休 業				通常営業 (8:30～17:30)		
丸善興産(株) コミュニティ天草 ☎23-2388	天草SS	通常営業 (7:00～19:30)			休 業	9:00～ 18:00	8:30～ 18:30	8:00～ 19:00	7:30～ 19:30
	亀場SS	通常営業 (7:00～20:00)			休 業	9:00～ 18:00	8:30～ 18:30	8:00～ 19:00	7:30～ 19:30
	山口SS	通常営業 (7:20～18:00)			12月31日を持ちまして営業を終了させていただきます。 天草SS及び亀場SSのご利用をお願いいたします。				

※『グリーントップ本渡』1月2日の対応について
鮮魚、精肉、酒部門は予約注文(料金前払い)を受け付け、1月2日午前中に商品の引き渡しのみ行います。



12月も残りわずかとなりました。本年は新型コロナウイルス感染症の影響で、イベントや活動などが制限され、広報誌づくりにも苦戦した1年となりました。こうした中でしたが、多くの皆さまに取材のご協力をいただき、無事に「あさつゆ」をお届けすることができました。ご協力いただきまして皆さまには心より感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症も初の感染者から1年が経ちますが、引き続き感染拡大が続いております。今後、少しでも早く安心した生活に戻れるようコロナの早期終息と、皆さまが健康で、穏やかな新年が迎えられますようお祈り申し上げます。

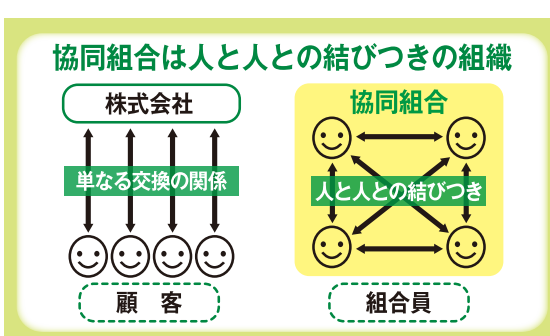
(中浦友仁)

後記

休館日のお知らせ

12月31日(木)
1月1日(金)・4日(月)・12日(火)
18日(月)・25日(月) 休館日

本渡温泉センター
天草市瀬戸町1-1 ☎0969-24-2181



ポンカン収穫 安全祈願祭開催



12月1日(日)、JA本渡五和果樹部
会ポンカン部は、下浦町の天草ポンカ
ン発祥の地の石碑前においてポンカン
収穫安全祈願祭を行いました。

令和2年産のポンカン収穫の前に、
収穫作業の安全と高値販売を願い、生
産者やJA関係者他30名が参加し、下
浦神社の金子宮司により神事が執り行
われました。今年は開花も早く定期的
な降雨もあり果実肥大及び内容ともに
良好で、外観についても適期防除を徹
底し、高品質な仕上がりとなっています。
す。ポンカン部長の吉田新一さんは「今
年は新型コロナウイルス感染症により
消費動向が不透明ですが、美味しいポ
ンカンに仕上がっていますので、高値
販売できるよう頑張っていきたいしま
う」と挨拶されました。

今年度は、12月より関東・関西を中
心に出荷が開始され、年明け2月上旬
までに出荷量600t、販売高1億5
000万円を計画しています。



あいさつを行う吉田部長



神事の様子

デコポン収穫祭開催



JA本渡五和果樹部施設デコポン
部は11月12日(木)、下浦町の池田憲昭
さんのハウスでデコポン収穫祭を開催
しました。

収穫祭には生産者とJA関係者など
約40人が参加。下浦神社の金子宮司に
より神事が執り行われ、本格的な収穫
を前に、作業の安全と高値販売を祈願
しました。神事に続いて、園主の池田
さんやJA関係者により「ハサミ入れ」
が行われ、たわなに実ったデコポンが
収穫されました。池田さんは「例年に
比べて色づき、玉太りが良く、糖度も
高く美味しいデコポンに仕上がってい
ます。」と話されていました。

管内では16戸の農家がデコポンの
「加温ハウス栽培」に取り組み、11月
中旬から収穫。12月1日から熊本県下
一斉に販売が開始されました。今後は、
年明けからの屋根掛け・露地デコポン
を含め、来年5月までに出荷量800
t、販売高4億円を計画しています。



ハサミ入れを行う園主の池田さん



ハサミ入れを行う湯貴組合長



神事の様子

◎本町 倉田 政幸さん

KABテレビ番組 アグリ

「伴都美子とAgri-de キッチン」に出演

令和3年1月22日(金) 19:54~放送



倉田政幸さん

12月11日(金)、本町の倉田政幸さんがテレビ番組「伴都美子とAgri-de キッチン」の取材を受け、収穫中のデコポンをPRされました。

この番組は昨年4月から新番組として放送が開始され、県内生産者の紹介と農畜産物を使った料理が紹介されています。倉田さんは、デコポン栽培の魅力や今後の目標などの質問に自信を持って話されていました。放送は来年1月22日(金)の予定です。また、その翌週には倉田さんが栽培されたデコポンを使った料理が紹介されます。



是非ご覧ください。(※放送時間は変更となる場合があります)

放送はKABで
1月22日(金) 19:54~
【倉田 政幸さん】
1月29日(金) 19:54~
【デコポンを使った料理】

JA本渡五和の自己改革に向けた取り組み その29

常勤役員が認定農業者と面談 「ニーズ調査とJA事業への反映」

JA本渡五和では、平成30年度から自己改革の一環として常勤役員による認定農業者との面談を実施しています。これまでの面談による意見や要望から、将来に向けた果樹生産基盤整備への取り組みとして熊本県の「果樹園地集積モデル事業の指定」や、「和牛凍結精液導入事業」等の取り組みが実現しています。

今年度は12月1日から面談を開始。湯貫秋男組合長をはじめとする常勤役員3名が、それぞれの担当地区の認定農業者宅を訪問して1時間ほど面談を行っています。一人一人と顔を合わせて話し合い、組合員の皆様が何を求めているのか意見や要望を集め、また、事業ごとに独自に評価付けしたパンフレットを作成して、自己改革の取り組みについての報告・検証も行っています。下浦町でデコポンや晩柑などを生産されている吉田満則さんは「移動販売車などは高齢者にはとても良い取り組み。果樹生産者としては丹精込めて育てたみかんを安心、安全に販売できる設備環境を整えて欲しい」と話されていました。

今後は12月末まで巡回を行い、管内の認定農業者168名との面談を予定しています。



意見交換を行う湯貫組合長(中央)と吉田さん(右)

未来を拓く協同組合 SDGsとJA

未来を拓く協同組合 SDGsとJA

監修=JCA(日本協同組合連携機構)

飢餓をゼロに

国連が掲げるSDGs(エスディーゼーズ、持続可能な開発目標)の項目の1つに、「飢餓をゼロに」があります。世界の飢餓人口は2018年、8億2160万人(世界人口の9人に1人)に上ることから、「食料安全保障や栄養改善の実現」「持続可能な農業の促進」が世界の課題となっています。

JAグループは従来、国内の農業振興や食料の安定供給に大きな役割を担ってきました。また、高齢者・障がい者等への配食事業、子ども食堂やフードバンクの運営等にも取り組み、地域に根ざした協同組合として地域住民の暮らしを支えています。例えば、JAによる子ども食堂の取り組みは各地で広がっており、JA独自での開設・運営や地域の協同組合等との連携、JA直売所の食材提供、組合員組織(女性部、青年部)による支援等、多様な形態で運営し、子どもたちの食事と交流の場づくりに努めています。

2 SDGsに関連する主な取り組み

子ども食堂(茨城)

茨城県の生協が社会福祉協議会、JA、行政と連携して子ども食堂を実施。地元JAは無償で食材を提供し、調理や学習支援のボランティアのサポートを受けて運営しています。



フードバンク(神奈川)

フードバンクかながわは、個人や団体・企業から、消費するには十分安全であるにもかかわらず廃棄されてしまう食料の寄贈を受け、支援を必要としている生活困窮者等に非営利団体を通じて適切に配るフードバンクシステムをつくっています。この取り組みにJAグループも参画しています。



JCAホームページ等から作成

耕そう、大地と地域の未来。

「家の光クラブ」開催

アロマキャンドルサシェ (ろうソクを使った香りアイテム)の製作



11月30日(月)、本店会議室において第33回目となる家の光クラブを開催しました。

た。

今回は、家の光11月号掲載の「アロマキャンドルサシェ」の製作に定期購読者7名が挑戦されました。

記事を参考にして、アロマキャンドルと蜜蝋を細かく刻んで、ホーロー鍋で溶かした蝋を容器へ移し、それぞれ工夫しながら木の実や葉、ドライフラワーなどを飾り付けました。参加者は「直ぐに固まってしまったので、無理に飾り付けすると表面が割れてしまい難しかった」「とても良い香りがするので玄関やトイレに置いて楽しみたい



制作したアロマキャンドルサシェ



飾りつけをする参加者

です」などと話されていました。次回は12月21日にクリスマス飾りの製作を行う予定です。

畜産

■1月子牛セリ品評会 1月8日(金)

■子牛成牛セリ市 1月17日(日)

家畜飼養管理の遵守状況の確認のため家畜保健衛生所が農場に立ち入り調査されます。毎年の調査ですが、各農家ごとに意識の違いが多く見受けられます。再度、各農場についての遵守状況を確認し、徹底しましょう。
※立ち入り検査を令和3年1月から順次行います。

【毎月20日は「くまもと家畜防疫の日」】

令和3年度農協有家畜導入
申込受付について

令和3年度農協有家畜導入事業の受付を行います。事業参加希望者は、各支店・営農課に申込書がありますので、2月中旬までに記入の上、提出をお願いします。
(1月中旬支店配布予定)

営農情報

野菜

令和2年度 春野菜面積推進中

メジャーフロアブル 2,000倍
(収穫3日前まで3回)

【春バレイショ】

種バレイショの浴光処理はできましたか？

●種いも消毒…そうか病・黒あざ病対策
アタッキン水和剤40倍(5～10秒浸漬後直ちに広げ乾かす)

●マルチ栽培

植付け…12月中旬～2月上旬に済ませてください。

マルチ…湿りのある時に1月中旬～2月下旬に実施してください。

品目として春インゲン・オクラ・シシトウ・カボチャ等、春から夏にかけ収穫・出荷できる野菜を推進しています。転作田での栽培にも適しますので、各支店・営農課へ申し込みください。

【レタス】

レタス出荷中です。適期収穫を徹底し、規格を厳守し、商品性の高いレタスを出荷しましょう。

※早目に被覆を行い、被覆の7～10日前には必ず防除を行ってください。

病虫害防除

●軟腐病・腐敗病

バリダシン液剤5 800倍
(収穫7日前まで3回以内)

●灰色カビ・キンカク病・

ベト病・すそ枯病

スミブレンド水和剤
1,000倍～2,000倍
(収穫7日前まで5回以内)オクラ
作付者募集オクラの栽培を
始めませんか？

オクラの栽培には様々な助成制度がありますので、安定して栽培が行えます。栽培を希望される方は、栽培方法の説明や手続き等がありますので1月末までに本店営農課へご連絡ください。

営農組織だより

農事組合法人 天草営農組合

果樹園地の有効活用

(農)天草営農組合では、離農された農家の園地を引き継ぎポンカンなどの果樹栽培に取り組んでいます。

12月10日には昨年から園地を引き継いで栽培を行ってきたポンカンを収穫しました。約40aの園地にはオレンジ色のポンカンが大きく実り、営農組合員6人で外観等を確認しながら丁寧に収穫しました。大塚基生組合長は「高齢になり離農される方からたくさんの依頼があります。耕作放棄地を増やさないために頑張っていますが、全ての受け入れは難し

いのが現状です。少しでも地域農業の維持に貢献できるよう、これから若い人材の確保と育成にも力を入れていきたいと思っています」と話されていました。

同営農組合では、今回収穫を行った園地のほか下浦地区の2カ所において園地を引き継ぎ、晩柑やデコポンの栽培を行っています。



ポンカンを収穫する営農組合員

組合員の皆様へ

道路に泥等を落とさないように注意しましょう！

農作業後に、トラクターやコンバイン等で田や畑から公道に出る際には、機械についた泥等を落としてから走行するようにお願いします。また、道路を汚してしまった場合は、速やかに泥等の撤去を行うなどの清掃をお願いします。



当組合へ苦情の電話がありました。道路に落ちた大きな泥等は、歩行者（高齢者・障がい者など）及び自転車・バイクの転倒や自動車の走行の妨げになり大変危険です。地域の一員としてマナーを守り、交通安全と環境美化を心がけましょう！

食農教育 レタス部会長の小田豊さん(五和町御領)

小学生にレタスの収穫と出荷作業の体験学習



JA本渡五和のレタス部会長を務める小田豊さんが11月30日(月)、五和小学校の3年生50人にレタスの収穫と出荷作業の体験学習を行いました。

収穫体験では、小田さんから収穫の仕方や外葉の取り方について指導が行われ、10月に定植した学級園のレタスを収穫。その後、収穫したレタスを包装機でラッピングする様子や、形や大きさでの等級・階級の仕分け方について説明が行われま

した。「重いレタスと軽いレタスはどっちが美味しい?」「新鮮なレタスはどっち?」などのクイズを交えて説明され、児童たちは楽しみながら学習しました。小田さんは「野菜にも命があります。野菜嫌いの人もいますが、自分たちで作ったレタスの命に感謝して、たくさん食べてください」と児童へ呼び掛けていました。



◀▼収穫体験する児童



冬の定期貯金キャンペーン

令和2年12月1日(火)～令和3年1月29日(金)

【対象商品】定期貯金 10万円以上預入期間 1年以上

日頃の感謝を込めて

ネットバンクでお預入れいただくと

1年もの 年利 **0.05%**
(税引後年 0.0398%)

ATMでお預入れいただくと

1年～5年もの 年利 **0.03%**
(税引後年 0.0239%)

キャンペーン期間中

- JAカードをお申込みいただくと農協全国商品券 500円分をその場でプレゼント!
- ご来店の際ネットバンクもしくはアプリの登録で先着 180名様に「よりぞうオリジナルグッズ」プレゼント!

ご好評につき!!

10万円を1口とした抽選で
合計200名様に

グリーントップ本渡等で利用できる
農協全国商品券が当たる!

5,000円分を 10名様
1,000円分を 20名様
500円分を 170名様

既に当 JA にお預入れいただいている定期貯金解約後の新規ご契約は抽選の対象外となります。

詳しくはお近くの支店までお問い合わせください。

☐ 本渡東支店 ☎22-3311	☐ 本渡南支店 ☎23-2233	☐ 五和西支店 ☎34-0101
☐ 本渡西支店 ☎22-3215	☐ 本渡北支店 ☎22-4175	☐ 五和東支店 ☎32-0307

理事会だより

令和2年11月24日に、本店2階第3会議室において理事会が開催され、次の議案が審議・承認されました。

【実績報告】 令和2年度10月末事業実績報告について

【決議事項】

第1号議案 資産査定事務要領の改正について

第2号議案 九オンセンター株式譲渡について

第3号議案 年末賞与の支給について

【協議事項】

1. 店舗・ATMの再編について

【報告事項】

1. 令和2年上半期内部監査報告について
2. 内部監査の品質に関する内部評価報告について

3. 自主検査(10月)結果報告について
4. 冬の定期貯金キャンペーンについて
5. 貯金受入利率設定について
6. 経営継続補助金事業および高収益作物次期作支援交付金事業の取組状況について

7. 普通期玄米検査結果について
8. 天草地区合併研究会・天草郡市農協協議会の今後の進め方について

お知らせ 年末年始のATM稼働時間は下記のとおりとなります。ご協力をお願いします。

年末年始のATM稼働について

ブースコーナー名	12/30(水)	12/31(木)	1/1(金)	1/2(土)	1/3(日)	1/4(月)
本店	8:45～19:00	9:00～17:00	休 止	休 止	休 止	8:45～19:00
本渡西	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
イオン天草店	9:00～19:00	9:00～17:00				9:00～19:00
楠 浦	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
宮地岳	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
本渡北	8:45～19:00	9:00～19:00				8:45～19:00
本渡北(現金振込対応)	8:45～19:00	9:00～19:00				8:45～19:00
本 町	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
下 浦	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
城河原	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
天草市イルカセンター	9:00～18:00	休 止				9:00～18:00
わかみや直売所	8:45～19:00	9:00～17:00				8:45～19:00
天草とれたて市場	9:00～19:00	9:00～19:00				9:00～19:00

◎1日(金)・2日(土)・3日(日) 当JAのすべてのATMは休止いたします。

◎セブン銀行・ローソン銀行・イーネットATM(ファミリーマート)のコンビニATM・銀行ATM・ゆうちょ銀行ATMではお取引できます(別途手数料が必要となります)。

農村伝説に
惑わされない

鳥獣害対策講座

その対策
本当に正しい?

鳥獣害に負けない環境づくり対策のノウハウを
分かりやすく解説!

環境改善

田畑を
効果的に囲う

適切な
捕獲

参加費
無料
事前申込
不要

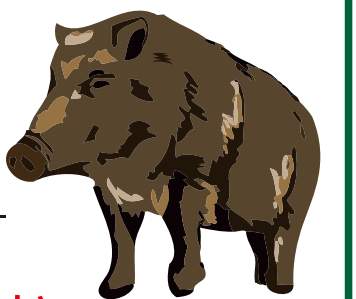
日 程 令和3年1月26日(火)

時 間 10:00～12:00(開場 9:30)

場 所 JA本渡五和 本店 2階 大会議室

講 師 井上 雅央氏 元近畿中国四国農業研究センター
鳥獣害対策技術グループ長

※必ずマスクを着用のうえ、ご来場ください

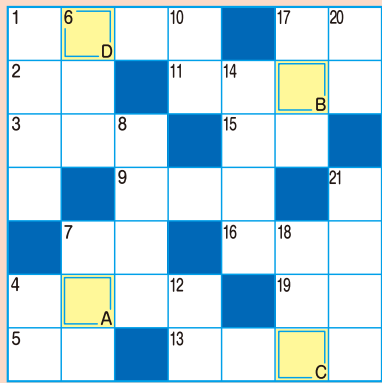


詳しいお問い合わせは、
JA本渡五和本店 営農課まで ☎0969-23-2231



頭の体操 =クロスワード=

Q 二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



タテのカギ

- 1 羽根突きに使う道具
- 4 すずりですります
- 6 止まらずに進むこと
- 7 重さを知りたいときに使います
- 8 テレビやエアコンに向けてボタンを押します
- 10 ご飯のこと。焼き——
- 12 いんいちがいち、いんにがに…
- 14 —— 付きのタイで成人を祝った
- 17 車が動きださないようにタイヤにかませます
- 18 同種の事例は枚挙に—— がない
- 20 凍った場合は氷瀑(ばく)と呼ばれます
- 21 ひもの—— が固くてほどけないよ

ヨコのカギ

- 1 一富士二タカミナスビは、何に見ると縁起の良いもの？
- 2 キャンパスの大きさを表すときに使う言葉
- 3 港を表す地図記号はこの形
- 4 強烈な悪臭がする液をお尻から噴射して身を守る動物
- 5 1/100はセンチ、1/1000は
- 7 なぜか猫が入りたがる物
- 9 大豆や緑豆の種子を暗い所で発芽させた物
- 11 物事をするのにちょうど良い頃合い
- 13 おせち料理に入れる煮豆
- 15 鶴は千年、——は万年
- 16 ご飯のこと。カレー——
- 17 ぬいぐるみに詰めます
- 19 ビービョロロと鳴く大きな鳥

答え A B C D

※今月号のよかった記事や身近な出来事や話題など
●ご意見・ご感想
●電話番号
●氏名(ふりがな)
●住所(必ず番地まで記入)
●郵便番号
●こたえ

63 8630031
熊本県天草市南新町9-22
JA本渡五和
総務部総務課

※個人情報につきましては、プレゼントの発送や広報誌の編集以外では使用致しません。

前回の答え シュンギク

11月号当選者 下浦町 Mさん 亀場町亀川 Iさん 本町新休 Mさん
五和町御領 Tさん 五和町御領 Iさん

今月の顔

本渡五和農協 青壮年部

部長 大塚 陽介さん



『大塚部長からのひと言』

現在、農業を取り巻く環境は新型コロナウイルス感染症の影響により消費が落ち込み、より一層厳しい状況にあります。国の持続化給付金などの対策もありますが、高収益作物次期作支援交付金については要件が変更となるなど、対応に苦慮・困惑されている方も多いのではないのでしょうか。青壮年部としましては、大転換期である「今」を乗り越えるために全国の盟友と情報を共有し、より強く農政活動を展開していく必要があると感じています。全ての農家の皆さまがコロナ危機を生きぬいていけるよう「協同の力」を最大限に発揮していきたいと思ひます。

◎青壮年部構成員 本渡東支部…27人
亀場支部…20人 楠浦支部…15人
杵宇土支部…25人 宮地岳支部…20人
本渡南支部…13人 本渡北支部…18人
本町支部…20人 五和支部…34人

●晴れの日が続いて冬野菜は順調に大きくなっています。一時野菜が高値続きでしたが、今は店頭でも安く売られています。我が家は毎日野菜たっぷりの食生活です。コロナの感染拡大が続いていますが、健康に気を付けて頑張りましょう。

●本渡温泉センター閉館のお知らせとでも残念です。泉質も良く近場でもあり、よく利用させて頂いていただきました。我が家の風呂場リフォームの際は完成するまで毎日温泉センターに通い、大助かりでした。淋しくなりますね…。

※たくさんのお便りありがとうございました。一部をご紹介させていただきます。

読者の声
みんなの言葉

●狭小菜園で野菜づくりに挑戦中です。虫とにらめっこしながら、その成長を楽しみにしています。

●我が家の米作りの責任者は83才の母です。消毒の時ばかりは、母の一声で兄弟4人全員集合!!おかげで毎日おいしい自家米をいただいています。

ひろば!



健康のはなし

今月のテーマ「COPDについて」

COPDとは、別名「**たばこ病**」と言われる、「慢性閉塞性肺疾患」の英語名の頭文字をとった肺の生活習慣病です。かつては「肺気腫」などとも呼ばれていました。

原因の90%以上は**喫煙**で、たばこに含まれる有害な物質を日常的に吸い込むことにより、気管支に炎症が起こり、ついには肺胞が破壊されるこ

とによって、呼吸がしにくくなります。

現時点では、COPDを根本的に治し、元の健康的な肺に戻す治療法はありませんが、**早期に発見し、適切な治療**を開始することで、症状の改善と将来のリスクを減らすことができます。



COPDの症状

せきやタンが長引く



呼吸をするとき、ゼイゼイ、ヒューヒューいう



階段の上り下りで息が切れる



ありふれた症状なので、見過ごしてしまいがちです。特に**40歳以上で、喫煙歴のある方、受動喫煙の長い方**は、要注意です!症状が続くようなら、「年のせい」とせずに、早めに呼吸器科を受診しましょう。

【まずは**禁煙**から】

COPDは、たばこの煙が最大の危険因子です。**禁煙**はCOPDの最大の予防法であり、**治療法**です。

新型コロナウイルスをはじめとする感染症を患うと、呼吸機能の低下や重症化のリスクが上がります。

たばこをやめたいけど、なかなか難しいと思っている方は、禁煙外来にかかることをお勧めします。



エコープマーク商品の紹介

熊本製粉 新・米粉
600g 330円(税込)

新・米粉を使った
もちもちじゃがおやき

材 料

- 新・米粉…50g (大さじ10)
- じゃがいも…150g ○水…50cc
- 塩…少々 ○サラダ油…適量

作り方

- ①じゃがいもの皮をむき、竹串が通るまで茹でる(またはレンジにかける)
 - ②じゃがいもをつぶし、米粉・塩を加えよく混ぜる
 - ③水を少しずつ加え、まとまるまでこねる(水の量はじゃがいもの固さで調節してください)
 - ④一口サイズにちぎり、円盤状に形を整える
 - ⑤フライパンに油をなじませ、両面に焼き色がつくまで焼く
- ※じゃがいもの代わりに、さつまいも・かぼちゃを使ってもおいしくできます!



コロナ収束願い

「アマビエ」土玩具を展示

本店の展示ブース(正面玄関入ってすぐ)に「アマビエ」の土玩具を展示しています。

「アマビエ」は疫病から人々を守るとされている妖怪で、現在も感染拡大が続ける新型コロナウイルス感染症の早期収束と組合員・利用者の皆さまの健康と安全を願って展示しました。

※今回展示した「アマビエ」は、しもうら弁天会の皆さまが製作・販売されている土玩具です。

