

あさつゆ

JA本渡五和だより

No.289

11

平成28年11月19日号

特集 第28回JAアグリフェスタ2016 がんばろう 天草農業のチカラで熊本を元気に!!

今年は天候にも恵まれ、両日ともに多くの来場者が訪れ賑わいました。開催にあたりまして、組合員の皆様を始め、地域の皆様、関係団体の協力をいただき開催することが出来ました。誠にありがとうございました。
(2・3頁に関連記事)



旅のささやき

【旅行企画・実施、お問合せ・お申込みは】
観光庁長官登録旅行業 第939号JATA正会員
株式会社 農協観光
熊本市中央区南千反畑町2-3 総合旅行業取扱管理者 嘉野浦 弘

旅行業公正取引協議会 会員
熊本市 熊本支店
TEL 096-356-3131

TOUR

航空券・JR券・ホテル等のご予約
事前に準備できれば、長蛇の列を作る販売機前に並ぶ必要もなく、移動がスムーズになります。必要に応じて宿泊やレンタカー・バスの手配もできます。

国内旅行・海外旅行
ご希望にあわせ、オーダーメイドで作成します。シニア会・子ども会・婦人会・消防団、視察研修が必要な旅行の取り扱いも大歓迎です。

【お問い合わせ先】
天草旅行センター(取次店) ☎0969-23-2262

予告版 八重山諸島 満喫 3日間 石垣島 西表島 由布島 3島めぐり

旅行実施日(予告)
平成29年 2月5日(日)~7日(火)
2月13日(月)~15日(水)
※詳しくはお近くのJAにお問い合わせください

◆募集人員/40名(最少催行人員20名様)
◆申込金/20,000円※旅行代金に充当します
◆食事条件/朝食2回、昼食3回、夕食2回(弁当含む)
◆募集締切/平成29年1月5日(休)
※但し定員になり次第締切です
◆添乗員/同行し旅程管理業務を行います。
◆利用予定ホテル/石垣島 日航八重山(連泊)
※または同等クラスに変更になる場合がございます。

旅行代金 大人お一人様2名1室利用・阿蘇くまもと空港起点
94,800円



日	観光	○入場観光/○下車観光(施設内へは入場しません)/△お買い物	食事
1	阿蘇くまもと空港(11:05) 全日空1867	→那覇空港(12:40/13:40)→	○米原ヤシ群落
	全日空1723	→石垣空港(14:45/15:15)	○川平湾「グラスボード」
		→ホテル【泊】(17:40)	【石垣:ホテル日航八重山 泊】
2	ホテル(7:50)	→石垣港(8:15) 高橋航	○由布島植物園(昼食11:00/12:40)
	→美原(8:25) 高橋航	→大原港(8:50)	○美原(13:25) 高橋航
	→石垣港(14:15) 高橋航	→ホテル【泊】(14:40)	【石垣:ホテル日航八重山 泊】
3	ホテル(8:00)	→唐人墓	○みね屋工房
	→○パンナ展望台	△石垣島ショッピングプラザ	○石垣やいま村
	石垣空港(12:05/12:55) 全日空3746	→那覇空港(13:55/15:30)	
	全日空1868	→阿蘇くまもと空港(16:55)	

※交通機関の都合により利用便・行程スケジュールが変更になる場合がございます。後日、改めて集合・解散地(及び時刻)をお知らせいたします。



本渡温泉センター
天草市瀬戸町1-1 ☎0969-24-2181

休日のお知らせ
12月19日(日)・12月31日(土) 定休日
※12月30日は午後5時まで

美しい自然の風物
を求めて野山に遊ぶ
行楽のシーズンとな
りました。紅葉や銀
杏の葉は鮮やかな秋色に変わっ
てとても綺麗な時期です。11月
は陽暦では1年の中でもっとも
気候の変化が少なく、穏やかで
春のような暖かい、いわゆる小
春日和の日々が続く頃にあたる
そうです。ただその一方で別名
霜月と呼ばれ、文字通り寒差を
感じる時期でもあります。月の後
半になるにつれ、寒さは増し、
コートやマフラー姿の人を見か
けるようになり、暦の上では立
冬も向かえ、寒い冬が目前であ
る事を感じる月です。体調管理
には十分に気を付けてくださ
い。(Mi)

プリエールほんど
信頼と助け合いのJA葬祭 TEL 22-0983

おくやみ

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

農産物品評会

11日(金)、農産物品評会が行われ、皆様が丹精こめて作られた農産物や加工品、工芸品など948点が出品され、厳正・公平に審査が行われました。一等賞の中から特に素晴らしい作品には天草市賞や各部長賞を設け、表彰を行いました。結果は次の通りとなります。

天草市賞・各部長賞受賞者一覧表 (敬称略)

部門	氏名	地区
根菜類の部	園田 邦雄	本渡北地区
	金子 良二	御領地区
葉菜類の部	松森 光祐	宮地岳地区
	金子 愛	御領地区
果菜類の部	鬼塚 猛信	楠浦地区
	松原 健之	本渡北地区
果実類の部	佐藤 公人	志柿地区
	吉田 満則	下浦地区
穀類の部	浦上五兵衛	楠浦地区
	喜多 清美	楠浦地区
加工品の部	堤田 末徳	御領地区
	浦川 満	志柿地区
花卉花木の部	岡部 聖美	亀場地区
	松下 篤子	城河原地区
和牛の部	谷川 由次	グリーントップ
	山田 利雪	栢宇土地区
	金子 和也	御領地区



▲ものまねショーの様子



▲日向ひよっこ踊りの様子



▲アンパンマンショーの様子



▲ビンゴゲームの様子



▲即売会の様子



11月12日(土)、13日(日)にJA本渡五和本店で、「がんばろう 天草農業のチカラで熊本を元気に!!」をテーマにアグリフェスタ2016が開催されました。

開会式には、天草広域本部、天草市、JA連合会他、多数のご来賓の方々にご出席いただき、久保組合長が「天草農業の素晴らしい地域に感謝と誇りをもち、青年部や女性部の盟友と併に地域に根ざした協同組合を実現する為、役員一同サービスに努めてまいります」と挨拶



▲挨拶をする久保組合長



▲もちつきの様子

をされ、幕を開けました。

会場では、各支部の青年部による味自慢コーナーや生産者の方々の青空市場、アグリキッズスクールの子ども達が作った新米などを販売。ステージでは、もちつき・もちなげ大会や芸能ショー、支部対抗青年部・女性部によるゲーム大会、大人気のアンパンマンショーなどが催されました。



▲玉入れの様子



▲女性部演芸発表の様子

「稲刈り体験」

JAくすの活動 アグリキッズスクール第3回活動

10月15日(土)に第3回アグリキッズスクールを開催し、生徒37名とその保護者が参加して、もち米の稲刈り体験を行いました。

営農課の福用職員が稲刈りに関する注意点を話し、手刈りの仕方や刈り取った稲の束ね方を、実際に刈り取りを行って説明。生徒たちは横一列に並び一株ずつ慎重に刈



り取りながら7株程で束ねて結びました。最初は緊張していた子ども達もすぐに慣れ次々に稲を刈り取り、スタンプに手伝わしてもらいながら結んだ稲の掛け干しを行いました。まだ乾ききらないぬかるんだ田んぼで足を取られるながらも「刈り取るのが思ったより難しかったが楽しかった」、「稲を結ぶのがとても大変だった」など感想を話しました。

稲刈り後には、もち米と一緒に植えたうるち米で作ったおにぎりやから揚げ、豚汁などをみんなで味わいました。

今回の活動は、12月に収穫したもち米を使って餅つきや郷土料理の体験を行います。

第21回天草地区JA年金友の会 親善ゴルフ大会

10月6日(木)、天草地区JA金融協議会が主催する第21回天草地区JA年金友の会親善ゴルフ大会が、大矢崎の緑地公園で開催され、本渡五和より9チームが参加されました。当日は、天候に恵まれて空は晴れ渡り、そよ風が吹くなかで参加者は元気良くクラブを振りプレーされました。本大会で参加者192名のうち本渡北(C)の山下ヨシエさんが92歳で、最高齢プレイヤー賞を受賞の他、本渡五和で8本のホールインワン賞も出ました。「ますます腕を磨かれて天草の底力を見せてほしい」と県大会へ出場されるチームに激励をし、「素晴らしい健康を維持しながら来年も元気でお会いしましょう」と土黒佳子大会副委員長が挨拶をされ閉会となりました。11月に行われる県大会には、天草地区代表で7チームが出場し、本渡五和からは本渡北(A)チームが出場されます。



▲参加チーム



▲プレー中



▶最高齢プレイヤー賞(山下ヨシエさん)

JAくらしの活動

第3回女性大学 「テーブルマナー講習会」

10月17日(金)、第3回女性大学「日帰り研修」に受講生39名が参加し、ホテルメルパルクで洋食のテーブルマナー講習会を行いました。HRSテーブルマナーマスター認定講師の前田さんに会食する時のルールや心得、ポイント等の説明を受け、テーブルにずらりと並べられたナイフとフォークに戸惑いながらも、運ばれてくる旬の地元食材を美味しくいただきました。午後からは、熊本城を視察し、災害後の現状について「くまもとよかとこ案内の会」のボランティアガイドに案内していただき、熊本城の今の現状を目の当たりにし、受講生より「歴史的価値ある遺産の惨状に胸が痛む」「私たちが住む熊本市のシンボルの早期復興を」との声がきかれました。ボランティアガイドの話では、震災後が内外から訪れる方が多いそうで、関心の高さが窺えました。



テーブルマナー講習会の様子



集合写真

伐竹講習会



喜多指導員

11月1日(火)、本渡地区の小谷さんが所有する竹林で生産者と関係者の19名が参加し、伐竹講習会が開催されました。

まず初めに、天草広域本部林務課より補助事業の概要や補助率についてや平成28年度だけのご園経営管理コンクールの概要と応募について説明が行われました。その後、喜多指導員が園地化や親竹の本数、伐竹の選定などの仕方について説明を行いました。参加者は、熱心に説明を聞き、メモを取るなどされていました。この講習会は、若く健康な竹を残し親竹とするため、5年生以上の高齢の竹を伐竹し竹林を整えるため毎年行っています。

JAくらしの活動

清掃活動の実施

本渡東支部の青壮年部員・本渡東支店職員



般などを通過で丁寧に拾い、約1時間の清掃で45リットルのゴミ袋が次々といっぱいとなり、回収したゴミは約11袋分となりました。

この清掃活動は、下浦神社例大祭前に来場者に気持ちよく過ごしていただくことと地域の景観をより良くすることを目的に毎年この時期に実施しています。



自転車交通安全教室開催



久保組合長

10月7日(金)、熊本県立天草拓心高校において「自動車事故のない社会へ」をスローガンに、熊本県警察とJA共済連の共催で「JA共済自転車交通安全教室」を開催しました。「今回のスタントマン自転車交通安全教室を通して、その人の人生を一瞬のうちに変わってしまう交通事故の恐ろしさ、危険であるかを覚えていただければと思います」と久保組合長が開催挨拶を述べられました。

荒尾警部からの交通ルールについての講話に、生徒達は熱心に耳を傾けていました。講話後、交通安全の危険性を模擬体験してもらったため、スタントマンによる交通事故の再現が行われました。自転車の2人乗り運転や傘さし運転、自転車と自動車事故の様子を生徒達は食い入るように見つめ、交通事故の恐ろしさを実感していました。

JA本渡五和とJA共済連は、今後も地域に貢献する活動を関係機関の協力のもと取り組んで参ります。

願いをこめ(米)、交通安全キャンペーンを実施

JA本渡五和と天草警察署は10月19日(水)、北原町の国道324号線で交通安全と事故防止の呼び掛けを行いました。呼び掛けは、JA職員と天草警察署員の21名が参加し、管内で収穫した新米コシヒカリ(1袋300g入り)の袋に「交通安全

10月11日(火)に本渡東支部の青壮年部員と本渡東支店職員の23名は、下浦町の国道・旧本渡東支店周辺・志柿町公民館周辺で清掃活動を行いました。

清掃活動は8個所に分かれて1時間程度行い、参加者はビニール袋を手に空き缶やペットボトル、プラスチック容器やたばこの吸い



故ゼロの願いをこめ(米)とラベルを貼った新米と「早めのライト点灯」、「反射材の活用」と書かれた「ひのくにピカピカ運動」と「自動車共済お見積もりキャンペーン」のチラシなどを準備。通行中のドライバーに手渡しして事故防止と安全運転を呼び掛けました。用意した新米200袋は、約30分程で終了し声をかけられたドライバーは、職員の声に耳を傾け「安全運転に努めます」と新米を受け取られました。キャンペーンの実施は、くらしの活動の地域貢献活動として、天草警察署の協力を得て、交通事故の減少と地元の新米を味わってほしいと始めて今年で3年目となります。

営農情報

野菜

【レタス】
収穫間近になっています。採りおくれのないよう適期収穫に努めてください。なお、防除基準を厳守し散布を行ってください。

●**斑点細菌病、軟腐病、腐敗病**
キノンドーフロアブル 1,000倍(21日/5回)
ナレート水和 1,000倍(21日/2回)
(収穫間際のものには散布しない)

●**灰色カビ病、菌核病**
ロプラール水和 1,000~1,500倍(14日/3回)
スミブレンド水和 1,000~2,000倍(7日/5回)

■**オオタバコガ、ハスモンヨトウ、ナモグリバエ**
トルネードフロアブル 2,000倍(7日/2回)
アフーム乳 1,000~2,000倍(3日/3回)
フェニックス顆粒水和 2,000~4,000倍(前日/2回)
使用基準を厳守してください。

【タカナ】
適期定植を行きましょう。病害虫防除は基準を厳守し散布してください。年内に縁腐れ症の

予防を行いましょう。
●**斑点細菌病、緑腐れ病**
コサイドボルドー 1,000倍
クレフノン 100~200倍)混用
1型の追肥は12月10日)を中心に
2型の追肥は12月20日)
燐硝安加里S646を10a当り20kg散布しな

【バレイショ】
種いもを受け取ったら、ただちに開封し、浴光処理を行ってください。
浴光処理…植え付けまでの間、種イモを日光に当て、長さ1cm前後の太く短いしまった芽を育ててください。

農機センターよりお知らせ
加温機・レタス包装機の点検
今年度も使用時期となりました。加温機・レタス包装機の点検を行っておりますので、点検をご希望の方は、農機センターまたは各支店へお申込みください。
JA農機センター(五和) ☎34-0163

作物

【小麦】
品種 シロガネコムギ
は種 11月下旬~12月上旬
は種量 10a当り6kg~7kg
【大麦】
はるしずく
11月中旬~下旬

■平成27年度・平成28年度 早期玄米集荷実績、玄米検査結果比較

平成27年度	1等	2等	3等	規格外	合計(袋)
合計(袋)	7,077	2,328	228	102	9,735
比率(%)	72.7%	23.9%	2.3%	1.1%	
平成28年度	1等	2等	3等	規格外	合計(袋)
合計(袋)	5,023	3,047	1,095	27	9,192
比率(%)	54.6%	33.1%	11.9%	0.3%	

畜産

■**空胎防除** 12月13日(火)予定
■**子牛注射** 本渡12月19日(月)・20日(火)
五和12月21日(水)・22日(木)・26日(月)

冬場の事故低減について

牛が快適に感じる温度は15~25℃といわれています。エネルギー消費量を抑えて環境に順応できる温度帯は、5~30℃とされます。子牛は低温に対する耐性が弱く、寒冷ストレスを受けやすくなっており、月平均気温が10℃を下回った季節からエネルギー消費量が増加します。
子牛には保温対策が有効ですが、保湿対策が疾病の原因にもなることがあります。牛舎を閉め切るとウイルスや細菌の増加につなが

り、疾病の感染拡大が起こりやすくなります。そのため、冬場でも換気が重要となります。天気が良く、風がない日にはカーテンは全開にし、風が多少あっても牛に直接当たらないように、牛舎の上半分だけ解放させたり、空模様を見てカーテンを閉めるなどの細やかな対応が必要となります。
また、冬場は寒さでエネルギー要求量が増加しているため飼料をより多く摂取する必要があり、不足すれば体重減少、さらには疾病につながります。対応策として離乳の目安を引き上げましょう。例えば、通常人工乳を1kg摂取可能になった場合に離乳させていたものを、1.2kg程度まで哺育期間を延長します。
重要なのは、離乳直後にどれだけ固形飼料を食べられるか、十分量のエネルギーを得られるかです。

営農組織だより

「飼料用米の収穫」

天草営農組合は、11月3日から下浦町で飼料用米の収穫を始め、SGS加工を行いました。同組合員5名程でコンバイン2台と飼料用米粉砕機を使いフレコンバックに詰め込みを行いました。粉砕機に掛けた飼料用米は、発酵させるために糖蜜を入れ、空気を抜くため踏み固めて圧縮させ大体500kgに調整。3~4日で収穫を終え、総量49袋の全量を契約の畜産農家へと供給を行います。

※SGS(ソフトグレインサイレージ)とは、収穫した飼料用米を乾燥せずに密閉保存して、サイレージ化したものです。



第1回目 研修会開催

JA本渡五和営農組織連絡協議会は10月18日(火)、楠浦営農組合において第1回農業機械研修会を開き、営農組織や農協、メーカーから関係者30人が参加しました。

研修会は、農機車輛センターの職員がコンバイン使用時の危険箇所やメンテナンスの方法を説明し、鬼塚会長が一番多い事故の例や事故を起こさないために気をつけている事項等を話されました。このほか、草刈り機のメーカー担当者が、使用される上での注意事項やメンテナンス、エンジンオイル等の管理方法について説明が行われました。参加者からは「始めに使うときは試運転をした方がいいのか」、「一番多い故障の原因は何か」等の質問にメモを取りながら、知識を深められました。最後に松下副会長が「今回の研修会を今後の作業に役立ててほしい」と閉会の挨拶を述べられ終了しました。

次回、2回目の研修を2月に予定しています。

食農体験

「レタスの定植体験」指導を行う

五和町の小田豊さんは、10月27日(木)に、五和小学校3年生の67名に、9月に行った種まき体験に続いて畑に苗を植える定植の指導を行いました。小田さんはレタスの植え方について、「深く植えすぎるとレタスの形が悪くなるので、子葉が地表に出るくらいに浅く植えてください」と注意点を説明した後、生徒達と9月23日に種まきをした苗、7000本のうち約400本を畑に植え付けました。前日までの雨で地面が柔らかくなっており、ぬかるみの少ない端の方から黒マルチの植穴に慣れない手つきで苗の植

え付けを行いました。体験後、生徒たちは「黒いマルチを張るのはどうしてなのか」などの質問や、「植えるのが難しかったけど楽しかった、また体験をしたい」などと感想を話しました。小田さんは、多くの質問にひとつひとつ答えた後、今後は残りの苗を植え付け、消毒に気を付けて管理を行っていきますと話されました。※次回は、2月に収穫とレタスのラップがけ体験を行う予定です。





JAバンク熊本

農業復興 応援キャンペーン2016

JAバンクの
復興の
活力を!

平成28年
11月15日 (火)

平成29年
1月31日 (火)



(製品イメージ)

店頭金利
0.1% 年
金利上乗せ
JA本渡五和募集総額10億円
定期積金2億円

Wチャンス!!
熊本県産復興
応援賞品詰合わせを
抽選で
プレゼント!!

さらに!!
JAで年金をお受取の方、または
お受取のご予約をされた方は
「結いの恵み」のご契約で
8,000円相当の
国産農畜産物ギフトカタログを
抽選でプレゼント!!
※抽選は契約時と満期時の2回実施

対象商品...
・定期貯金30万円以上(期間1年以上 新規ご契約)
・定期積金100万円以上(期間2年以上 新規ご契約)
・全国統一年金定期貯金「結いの恵み」50万円以上(期間1年 新規ご契約)

JA本渡五和 限定プレミアム
天草地区限定プレミアム オリジナルグッズが当たるスピードくじ
・定期貯金 10万円以上 1年以上 1契約につき1回
・定期積金 50万円以上 1年以上 1契約につき1回

JA教育ローン

希望キャンペーン

変動金利 **年1.65%**
※金利は9月1日現在

固定金利型 **年1.80%**

JAマイカーローン

生活応援キャンペーン秋 2016

キャンペーン基準金利 条件を満たすとさらに引下げ MAX△0.3%

固定金利型 年2.0% → **年1.7%**

変動金利型 年1.7% → **年1.4%**
※条件については各支店窓口までお問い合わせください。

※キャンペーン金利適用には条件があります。各支店窓口までお問い合わせください。

キャンペーン期間
平成28年9月1日～平成29年4月28日

年金のお受取りは お得で便利な JAへ!!

JAへお得!!

平成28年 4/1 ▶ 平成29年 2/28
商品券 2,000円分
プレゼント!!

新たにJAで公的年金をお受取りの方
※商品券は6,000名額

JAで年金をお受取りの方
平成28年 4/1 ▶ 平成29年 3/31
JAバンクオリジナル「くまモン」ヘアグラス
プレゼント!!

JAで年金をお受取りの方
平成28年 4/1 ▶ 平成29年 3/31
JAで年金をお受取りの方
8,000円相当の農畜産物を抽選で
プレゼント!!

平成28年度 経営所得安定対策加入者の皆様へ

平成28年度経営所得安定対策の交付金が右表の通り支払が行われる予定ですが、農業再生協議会(市)への提出書類等が未提出にならないようご注意ください。

補助金の種類	支払単価 (円/10a)	支払時期
米の直接支払交付金	7,500円	28年12月
水田活用の直接支払交付金	飼料稲 80,000円	28年12月
	飼料作物 35,000円	
	飼料米 55,000~105,000円	29年1月
産地交付金(野菜・景観・地力)	野菜 16,000円	28年12月
	景観・地力 8,000円	29年3月
耕畜連携(堆肥の還元等)	13,000円	29年3月

- お問い合わせ
- JA本店営農課
担当 坂本・小林 ☎ 23-2231
 - 天草市農業再生協議会
担当 田中・松下・小松 ☎ 22-2323

※1 平成29年に収穫するイタリアン・エン麦等は、本年度の交付金には計算されませんのでご注意ください。また、全ての作業に昨年度同様作業日誌を提出していただくこととなっていますので、全作業終了されましたら最寄りのJA窓口へ提出してください。

※2 申請者本人が死亡された場合については、継承手続きが必要ですので必ず相続の方がJA本店営農課、もしくは天草市農業再生協議会(市役所別館内)で申請変更を行っていただきますようお願いいたします(交付金が受けられません)。

理事会だより

平成28年10月29日、本店第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。

- 報告事項
平成28年度上半期事業実績について
- 第1号議案 法人団体借入申込みについて
 - 第2号議案 法人団体貸出条件変更について
 - 第3号議案 JA貯金「農業復興応援キャンペーン2016」の実施に伴う上乗せ金利の取扱いについて
 - 第4号議案 総代選挙に伴う管理者及び立会人の承認について
 - 第5号議案 株式会社ほたるの里城河原への外部出資について

第6号議案 農事組合法人本町営農組合への外部出資について

- 報告事項
- 平成28年度上半期内部監査報告について
 - 内部監査の品質評価結果報告について
 - 平成28年度上半期自主検査報告について
 - 事務ミス等の発生状況について
 - 余裕金運用の状況について
 - 有価証券評価損益管理報告について
 - 法人団体借入枠設定期間及び残高について
 - 延滞債権報告について
 - 資産経営計画に係る今後のスケジュール等について
 - 農機センターの人員体制について

LL商品特別販売のご案内

実施期間：平成28年11月1日～12月21日まで

熊本県酪農業協同組合連合会

新商品!
「カフェラテスベリオーレ」
挽きたての厳選豆をブレンドしたコーヒーとたっぷりのミルクがおいしいカフェラテです。挽きたてコーヒーのキレと苦みが引き立つ、大人向けの甘さ控えめな味わいです。
阿蘇山麓産牛乳100%使用。ホットペンダー対応商品。

～おねだん(単品/ケース販売価格)～

- 250ml×24本入 **2,250円(税込)**
- 200ml×24本入 **2,100円(税込)**
- 1000ml×6本入 **1,650円(税込)**

JA本渡五和様限定の特別企画
1度に2ケース以上ご注文の方には
大阿蘇かりんとう 1袋
プレゼント!

ご注文は各支店まで

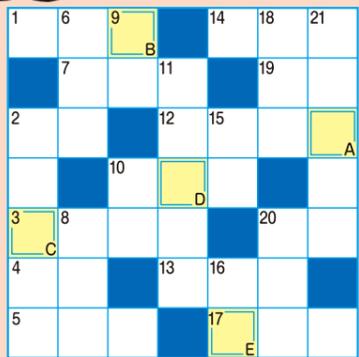
みんなの

クイズに正解するとステキな商品が当たる!



頭の体操 =クロスワード=

Q 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?



タテのカギ

- 2 丸太を積み上げてつくる家
- 6 初心運転者が車に付けるマークはこの形
- 8 鳥羽伏見の戦いに端を発する — 戦争
- 9 ちらしや握りがあります
- 10 壁や塀に絡まる植物
- 11 西洋ナシの代表的な品種
- 15 カニやイカの呼吸器
- 16 シジミやアサリ、カキなど
- 18 成羊の肉のこと
- 20 前の反対側
- 21 12月24日の夜は — イブ

ヨコのカギ

- 1 11月は霜月、12月は —
- 2 『ブレーメンの音楽隊』の中で一番大きな動物
- 3 正月向けの寄せ植えによく使われる植物。キャベツの改良品種です
- 4 肉、乳、角、骨などを利用する家畜
- 5 徳川家康が晩年を過ごした — 城。城跡は静岡市にあります
- 7 10歳を — に4人の子がいます
- 10 真冬の豪雪地帯の軒からぶら下がります
- 12 柵を英語で言うと
- 13 千円札などに入れられています
- 14 耳の中で音を受け取る器官
- 17 灰をならしたり、上に自在かぎをつるしたり
- 19 平成29年のえとは
- 20 きねの相棒です

答え A B C D E

※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。

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

52 8630031

熊本県天草市南新町9-22
JA本渡五和
企画生活課

※お寄せいただいたご意見や感想、イラストなどはインシャルで紹介させていただきます。あらかじめご了承ください。

発表：平成29年1月号誌上(当日消印有効)

応募方法
官製ハガキに必要事項をご記入の上、左記の要領で応募ください。
応募締切：平成28年12月19日

5名様にプレゼント!

純正ごま油・五倍酢(穀物酢)・あっさり漬の素を5名様にプレゼント!

前回の答え サツマイモ

9月号当選者 下柿町 Eさん 本渡町馬場 Yさん 諏訪町 Hさん 五和町二江 Mさん 五和町御領 Iさん

読者の声

● 近頃、腰に違和感を覚えることがあります。「腰の運動」、大変参考になりました。続けていきたいと思えます。(五和町御領Kさん)

● 少し涼しくなってきたので野菜の種まきや苗植えをしています。営農情報を参考にしています。身近な野菜のことも教えてください。(下浦町Oさん)

● 毎回の体操が楽しく、また、エコーブマーク商品の紹介で料理の作り方も楽しんでいます。(楠浦町Oさん)

● 今月のテーマで「いつでもどこでも手軽に体操」がいいですね。ちょっと暇なときとかテレビを見ているとき思い出しすぐできるので簡単で飽きません。あまり体を動かさないのだから簡単・手軽にできる体操をしようと思えます。(下浦町Sさん)

● 健康のため、最初に野菜を食べてからというのを実行しています。今年も冬野菜を色々育てて健康で頑張っていきたいです。(下浦町Oさん)

※たくさんのお便りがありがとうございました。一部をご紹介します。

ひろば!

健康のはなし

今月のテーマ「インフルエンザに備えて」

12月頃から流行が始まります

毎年、秋から冬にかけてはインフルエンザの流行シーズンです。高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化するおそれもあります。インフルエンザの感染を広げないために、一人ひとりが「かからない」「うつさない」対策を実施しましょう。

インフルエンザ予防のポイント

1. 正しい手洗い

外出先から帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手洗いしましょう。ウイルスは石けんに弱いので、次の方法で正しく石けんを使いましょう。



2. 普段の健康管理

十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。



3. 適度な室温を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50%~60%)を保つことも効果的です。



4. 人混みや繁華街への外出は控える

インフルエンザが流行してきたら不要不急のときはなるべく、人混みや繁華街への外出を控えましょう。



5. 予防接種を受ける

予防接種(ワクチン)は、インフルエンザが発症する可能性を減らし、発症しても重い症状になるのを防ぐ効果があります。ワクチン接種による効果が出るまでに2週間程度要することから、毎年12月中旬までにワクチン接種を受けることが望ましいです。

厚生連診療所でもインフルエンザ予防接種を受けることができます!!



エコーブマーク商品の紹介

新調味 みりん風 あっさり漬の素 純正ごま油 五倍酢

【製作者】JA本渡五和生活指導員 高井友美

【材 料】6人分
○米…3カップ ○黒米…ひとつまみ ○水…3カップ
【合わせ酢】
○砂糖…60g ○5倍酢…大さじ2
○あっさり漬の素…小さじ1(塩・昆布入りうまみ調味料)
【具 材】
○卵…1個 ○鶏ひき肉…150g ○レンコン…150g
○にんじん…1/2本 ○油揚げ…1/2枚
○針しょうが…1かけ ○ごま油…大さじ1
A { ○酒…大さじ1 ○しょうゆ…大さじ1.5
○みりん…大さじ1 ○砂糖…大さじ1

鶏そぼろ寿司



作り方
①米は普通に炊く。
②鍋にごま油をひき、しょうが、鶏ひき肉を炒める。粗みじん切りにしたレンコンと油揚げ、細切りにしたにんじんを加え混ぜ合わせる。Aを入れて、レンコンが煮えるまで炊く。
③米が炊きあがったら合わせ酢を入れて5分程蒸らす。
④③に②を加え、全体に馴染ませる。
⑤皿に盛り付け、入り卵をちらす。
【ポイント】黒米をチョッピリ足しただけで、華やかな色合いになります。五倍酢・みりん・あっさり漬の素・ごま油は、エコーブマーク品です。

情報 遊休資産の売却について ■入札申込受付期間 平成28年12月初旬~平成29年1月中旬までの予定

一般競争入札により日本渡東支店(元瀬戸出張所)跡地の売却を予定しています。詳しい売却情報は来月号でお知らせいたしますが、興味のある方は、本店 総務課(☎23-2231)までお問い合わせください。

■入札物件

番号	土地の所在 [用途地域]	地目	面積	建物の所在地	用途
1	天草市志柿町字郷内6626番2(外1筆)[第1種住居地域]	宅地	841.21㎡(255坪)	天草市志柿町字郷内6626番地2	店舗
	構造 新築年 階 床面積 最低売却価格・入札保証金額	入札・開札			
	鉄骨造 S50年2月 1 168㎡	未定		平成29年1月中旬(予定)	