

グリーントップ本渡 ふれあいコーナ―運営協議会総会

「地産地消を原点とした直売所本来の役割を」



萩原政幸会長

J A本渡五和グリーントップ本渡「ふれあいコーナ―運営協議会」は5月15日(火)、サントカミングホテルにおいて通常総会を開催し、会員113人が出席されました。

総会では平成30年度事業計画として、地産地消を原点とする直売所本来の役割を重視するとともに、農産物栽培講習会及び営農指導の強化により農産物の確保及び後継者育成に努め、会員の生産意欲向上と地域農産物の生産拡大に取り組むことを決めました。同協議会は年々売り上げを

伸ばし、平成29年度は年間総売上2億3311万円(前年対比107%)を計上。萩原正幸会長は、「消費者ニーズに対応し、会員一丸となってお客様に満足いただける直売所づくりに取り組みましょう」と呼び掛けました。



総会の様子

青壮年部通常総会

「JA運動の先頭に立ち、地域農業の発展を目指す」



大塚陽介部長

J A本渡五和青壮年部は5月25日(金)、本渡温泉センターにおいて部員57人をはじめ関係機関参加のもと通常総会を開催しました。

開会後、五和支部の大有さんの掛け声に合わせて、参加者全員で「JA青年組織綱領」の唱和を行い、改めて同青壮年部の役割と方向性について再確認しました。

大塚陽介部長は、「地域農業の担い手として地域農業を盛り上げていけるような活動を行い、青年組織綱領にもあるように自らがJAの事業運

営に積極的に参画し、JA運動の先頭に立っていきけるように頑張らしましょう」と挨拶。総会では平成30年度事業計画として、組織の更なる発展に向けてJA青壮年部の新たな仲間づくりを推進し、JAグループが取り組む「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の実現を図り、地域の農業・農村の復興のための運動を精力的に展開していくことを決めました。

このほか、平成29年度事業報告並びに収支決算報告、青壮年部加入促進対策などの4議案を承認可決しました。



女性部通常総会

「魅力ある女性部づくりを目指して」



黒川紀世子部長

J A本渡五和女性部は5月22日(火)、本店大会議室において部員や関係者ら102人が出席され第29回通常総会を開催しました。

開会後、黒川紀世子部長は「青壮年部と連携して共通の課題に積極的に取り組み、

『女性部員で良かった』と思えるような活動を行っていきましょう」と挨拶。平成30年度事業計画として、①組織の活性化、「魅力ある女性部」づくり②JAに集い「くらしの活動」への取り組みに対する参加・支援③仲間づくりと

次代のリーダーを育成の3つの重点活動目標を掲げました。このほか、平成29年度事業報告や平成30年度事業計画、収支予算など3議案を承認可決。閉会後には、JA熊本経済連の柴田満貴氏らによるエコープマーク商品の研修会を行い、生ワカメや和風だしなどの商品知識を身に付けました。



総会の様子

園芸部会総会開催

「生産・販売対策強化で所得向上を」



原田豊一郎部会長

J A本渡五和園芸部会は5月17日(木)、本渡温泉センターにおいて部員や関係者ら45人が出席され通常総会を開催しました。

平成29年度は、安心・安全な農産物を消費者へ届けられるよう各種講習会や現地検討会、出荷査定会を開催し、また、カリフラワー天草一号や広島菜の新規品目の試作を行い所得向上につなげました。平成30年度は、販売対策として①市場販売を基本とし、多様な販売ルートの開拓②出荷査定会の開催による個選品の

品質の底上げ③契約販売(オクラ・タカナ・広島菜)の充実④天草地域合同による輸送及び販売を掲げました。

原田豊一郎部会長は、「少数精鋭の園芸部会ですが、勉強会等を取り入れながら1ランク上の部会を目指し、安心・安全はもとより、良い農産物を安定供給できるように体制づくりに取り組みましょう」と呼び掛けました。



総会の様子

「小学生に田植え体験」

6月8日(金)、天草営農組合は下浦町の田んぼで本渡東小学校の5年生の生徒43人に田植えの体験学習を行いました。子どもたちの「あれがお米になるの?」という一言から始まった同体験学習は今年で3回目。今年は本渡東、瀬戸、志柿小学校が合併し、昨年より参加人数が大幅に増えたため、当JAの企画生活課より3名が応援として参加しました。



田植え体験を楽しむ生徒ら

当日は生憎の雨となりましたが、生徒らは天候を気にすることなく元気よく田植えを開始。

約12aの田んぼに横1列に並び、営農組合員と当JA職員の指導を受けながら手にした苗を丁寧に手植えしました。
吉田勉組合長は、「雨になり心配でしたが、みんな笑顔で楽しめていたようで良かった。この体験学習を通して少しでも米作りへの知識と興味を持ってもらえたら嬉しい」と話されていました。

今回植え付けた米(うるち米)は、10月に稲刈り体験として同生徒らが収穫を行い、お年寄りとの交流会など地域の行事等で使用される予定です。

オクラ現地検討会・出荷会議開催

6月8日(金)、オクラ現地検討会及び出荷会議が五和町御領の原田寿也さんの圃場で開催され、生産者20人が参加されました。現地検討会では、種苗メーカーのみかと協和種苗の松本祐樹さんを招き、収穫時期の追肥や病害虫などについて質疑応答を交えながら栽培管理について確認しました。



その後の出荷会議では、現在の販売状況や出荷規格、今後の管理作業について確認を行い、喜多指導員は、「出荷規格とし



現地検討会の様子

で、病害虫の被害があるものや極度の曲がりがあるものは出荷できませんので、収穫後の選別をしっかりと行うようお願いします」と呼びかけました。
今年度はオクラ部会員27人で作付面積2・6ha、生産量55tを計画しています。

JA本渡五和の自己改革に向けた取り組み その⑨

役員の青壮年部枠新設と構成要件の見直し

JA本渡五和では、平成29年度より役員の青壮年部枠新設と構成要件の見直しを行いました。現在、理事数は17名となっており、このうち15名が認定農業者や実践的能力者で構成され、農業者の意見を十分反映できる体制を整えています。今後も役員選出においては認定農業者等を確保し、経営・執行体制の維持に努めてまいります。

◎役員の新設について

青壮年部代表者による役員枠を新設し、若い農業後継者の意見反映の実現を目指します。

◎役員構成要件の見直しについて

現役で農業経営をされている認定農業者等や経営に精通された実践的能力者を優先的に登用する制度へ変更し、農業所得向上に向けた積極的な事業を展開します。

「認定農業者」とは・・・

農業経営基盤強化促進法に基づき、市町村から農業経営改善計画の認定を受けた農業経営者・農業生産法人(担い手農業者)のことをいいます。

「実践的能力者」とは・・・

法令による定めはありませんが、当組合においてはJA事業等に即した実践的能力を有する者とし、「農畜産物の販売その他の当組合が行う事業に関する実践的能力者」及び「法人経営に関する実践的能力者」としてしています。



いつでもどこでも、みんなのJA

知って納得JA

ー協同組合の力ー

Q JAはなぜ銀行や保険会社のような事業をしているの?

A 信用・共済事業を通じて、組合員の営農とくらしを守り、より豊かにするためです。

協同組合のルーツの一つは信用・共済事業です。特に農村では、地域の人々がお金や米を出し合って積み立て、そこから困った人にお金を借りたり、災害に遭われた人にお金や米を援助したりするなどの仕組みが、草の根的につくられてきました。こうした地域の「相互扶助」の仕組みが、信用・共済事業として発展してきました。

JAの信用事業は、組合員間で資金を積み立てて融通し合うので「相互金融」と呼ばれ、組合員の営農やくらしに役立てられています。

JAの共済事業は、互いを信じ救い合う「相互扶助」の精神の下で行う非営利事業です。組合員のくらしを守るため、「ひと」「いえ」「くるま」などの保障を充実させています。

(監修=広島大学 助教 小林元)

「協同の精神」に基づいて行われる JAの信用・共済事業



耕そう、大地と地域の未来。

畜産

- ◎子牛品評会 7月10日(火)〈畜産農協〉
- ◎子牛セリ市 7月17日(火)
- ◎成牛セリ市 7月17日(火) 子牛セリ後

■5月子牛セリ成績

前回同様高値で販売されていますので、今後も子牛の飼養管理等を徹底し、粗飼料を十分に給与した子牛の生産に努めましょう。
■分娩後に行うこと。

- ①子牛を逆さにつるし羊水を吐き出させる(20秒くらい、貧血防止、羊水で初乳が薄まらないように、哺乳欲を出させる)
 - ②へその緒(臍帯の消毒、ヨードチンキなどで)
 - ③稲ワラを敷く(長め、納豆菌や乳酸菌があり、子牛にはよい環境となります)
 - ④初乳をあたえる
- その他に、親牛が子牛を舐めるか確認する。
●血液の循環をよくする ●マッサージ効果
●呼吸を促進する
☆舐めない時はタオルで拭いて乾かしてください。(親牛の代わりになる)

子牛品評会の開催



「さきちゃん号」が
優等賞主席に輝く
本渡町広瀬
益崎小夜子さん

天草畜産農協は5月10日(木)、天草家畜市場で子牛品評会を開催し、天草管内から8頭が出品されました。厳正な審査の結果、本渡町広瀬の益崎小夜子さんの「さきちゃん号」が首席に輝きました。「さきちゃん号」は、父が「幸紀雄」、母の父が「安福久」、母の祖父が「平茂勝」。

井上美智信審査員は「さきちゃん号」について「月齢に応じた良好な発育をし、体積豊かで均称も釣り合い良く、品位に富んでいました」と講評を述べられました。その他の優等賞入席牛は次の通りです。

- ※管内出品牛のみ
- ▼2席「かな号」
井上 健三郎さん(五和町御領)
- ▼3席「はなご号」
山中 三千綱さん(五和町手野)

(売却のみ集計・消費税込)

	頭数	最高価格	平均価格	平均体重	平均日齢	前回比
雌	145	1,706,400	702,313	279	278	-44,589
去勢	201	1,260,360	843,727	311	270	42,353
計	346	1,706,400	784,464	298	274	4,429



営農組織だより

楠浦営農組合 「広島菜の収穫」



楠浦営農組合は6月4(月)に「広島菜」の収穫作業を行いました。

4月中旬に高菜収穫後の水田約45aを利用し、育苗センターで播種・鉢上げされ7cmほどに育った苗を定植。天候にも恵まれ順調に生育

し、40日ほどで収穫となりました。

鬼塚猛清組合長は、「広島菜については今年が初めての作付けで、高菜の収穫が遅れた為、広島菜の定植が遅れた。来年は早めに対応できるよう頑張りたい」と話されました。

収穫した広島菜は、全量が楠浦町の野菜加工センターで漬け込まれ、7月中には、「広島菜漬け」の原料として広島県に出荷されます。



営農情報

農薬散布月になります。近所の方へ散布連絡の一声をかけてください(水田周りの雑草駆除にも努めましょう)。

早期水稲

●病害虫防除

6月15日頃、コブノメイガ、イモチ防除…パダンオリゼメート粒剤、10a当たり4kg。
※液剤使用については、水稻栽培暦を参照してください。

●穂肥

穂肥は粒数確保と穂を大きくするために行いますが、倒伏の危険がありますので葉色を見て施用してください。

時期…出穂18日前頃、有機苦土入038、10a当たり20kg施用。葉色が濃い場合は時期をずらすか、やらない。

※出穂予定…7月6日頃

●カメムシ・ウンカの防除について

7月10日頃1回目穂揃期
…キラップジョーカー粉DL4kg/10a、液剤ではキラップフロアブル1000倍150ℓ/10a

7月20日頃2回目乳熟期

…トレボンスター粉DL4kg/10a、液剤ではスタークル顆粒水溶剤2000倍150ℓ/10a

- 水管理 中干しから穂ばらみ期前は間断かん水で、水と空気を根に補給し活力を上げ登熟向上を図ります。穂ばらみ期にかけては深水で管理してください。

普通期水稲

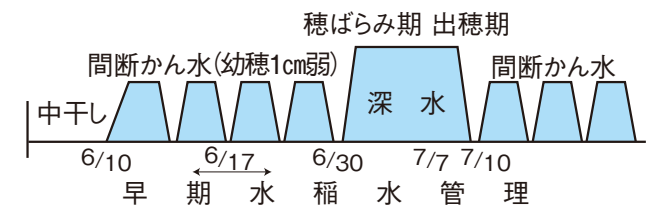
適期防除を行いましょう

●病害虫防除

コブノメイガ、ウンカ、イモチ防除。ビルダーフェルテラチェス粒剤、田植2日前より当日1箱当たり50g。

●除草剤

サラブレッドKAI 1kg粒…田植直後～8日に施用
サラブレッドKAIフロアブル…田植直後～8日
ウィナーLジャンボ…田植直後～10日
ヤイバ豆つぶ250…田植後3日～10日
(施用法をまちがえないよう注意してください。)



野菜

ハウスの太陽熱処理の実施

収穫が終わったら早く片づけ、次作のために土壌消毒を実施しましょう!

- ①稲わらなど粗大有機物を10a当たり1～2トン施用。
- ②できるだけ深く耕耘する。その後小畝をたてる(60～70cm)。
- ③水を張る。
- ④ビニールで土壌表面を全面被覆。
- ⑤ハウスは密閉状態とし、30日間処理する。
- ⑥処理後再度水を入れ代かきを実施する。

シシトウの管理

梅雨時期を迎え、根の活動が弱まります。排水対策の完備を!

■収穫が始まったら、葉色を見て追肥を行う。

■病害虫防除

- オオタバコガ ハスモンヨトウ
…マトリックフロアブル 2,000倍収穫前日3回
…アタブロン乳剤 2,000倍収穫前日3回
- アブラムシ
…アクタラ顆粒水和 3,000倍収穫前日3回
細菌斑点病…Zボルドー 500倍

オクラの管理

「早めの追肥を心がけてください!」

- 追肥については、着莢を確認したら葉面散布。収穫を開始したら下記の肥料を施用してください。早すぎると過繁茂となり着果不良、遅すぎると成長点の節間がつまり芯止まりとなる。

■展開葉の状況を見て1週間～10日に1回S646号または、アサヒエースを10a当たり20kg～40kg(1～2袋)施用。

■病害虫防除

- 葉スス病
…ダコニール1000 1,000倍収穫前日5回
- うどんこ病・黒斑病
…トリフミン水和剤 5,000倍収穫前日3回
- 灰色カビ病・黒斑病
…ローブール水和剤 2,000倍収穫前日3回
- オオタバコガ、ハスモンヨトウ
…プレオフロアブル 1,000倍収穫前日2回
…プレバソンフロアブル5 2,000倍収穫前日3回
- アブラムシ
…スタークル顆粒水溶剤 2,000倍収穫前日2回

平成31年度 本渡五和農協職員採用募集について

平成31年度本渡五和農協職員の採用を下記の通り募集します。

1. 採用予定人員・受験資格

- (1)採用予定人員 5名程度
(2)受験資格
高校卒業以上40歳以下の方
(長期勤続によるキャリア形成のため若年者等を対象)

2. 応募手続き

- (1)受験受付 随時
(2)提出書類
①履歴書
②写真(縦4cm×横3cm)
2枚(裏面に氏名記入のこと)
③卒業見込み証明書または卒業証明書
④学業成績証明書(既卒5年以内の方のみ)
※提出いただいた個人情報 は 目的以外の用途には使用いたしません。

(3)応募書類提出先

〒863-0031
熊本県天草市南新町9番地22
本渡五和農業協同組合
総務部総務課(担当:谷端)
TEL 0969-23-2231

3. 試験について

- (1)会場
●JA本渡五和 本店
住所:天草市南新町9番地22
(2)試験日時
●別途通知
①一次試験(学科試験)

- ②二次試験(面接試験)
一次試験終了後、午後から行います。
(昼食後)

(3)試験科目

基礎能力検査(言語・数理・倫理・常識・英語)、適性検査(パーソナリティ検査)、小論文

4. 採用後の待遇

- (1)採用日時:平成31年4月1日
就労可能な方は、本採用前に雇用される場合があります。
(2)給与:大学卒:166,500円
短大卒:154,100円
高校卒:146,100円
※上記の給与は新卒者の場合です。既卒者の場合は年齢、資格、経験に応じた給与となります。
(3)賞与:有り
●前年度実績
入組1年目 年3回(計2.5月分)
入組2年目以降 年3回(計4.5月分)
(4)昇給:年1回
(5)その他:通勤手当、家族手当、資格手当、特技手当、退職金制度、各種保険制度有り

5. その他

- (1)筆記用具を持参してください。
(2)試験当日の昼食は準備いたします。
(3)受験のための費用は支給いたしません。
(4)合格、不合格の通知は直接本人宛に通知します。

理事会だより

平成30年5月30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。

- 監査報告 平成29年度期末監事監査報告について
実績報告 平成30年度4月末実績報告について
第1号議案 平成29年度決算修正について
第2号議案 総代会日程及び提出議案について

- 第3号議案 平成29年度剰余金処分(案)及び附属明細書について
第4号議案 地区説明会(日程)について
第5号議案 法人団体借入申込みについて
第6号議案 農業運転資金(当座貸越)の貸出金利の設定について
第7号議案 夏のキャンペーン(合併30周年記念)について

報告事項

1. 大口貸出経営状況について
2. 平成30年度製茶加工実績について

JA共済 からのお知らせ

JA共済の保障のポイント

生命の保障編

とても便利でスピーディ!自己申告で、入院・手術共済金等をご請求いただけます!



通常のご請求では病院が発行する診断書をご提出いただきますが、所定の条件を満たした場合には「生命共済治療報告書」による自己申告と診療明細書等の提出のみで共済金をご請求いただけます。

「生命共済治療報告書」の3大メリット!!

1

診断書の取得に必要な費用がかからないのうれしいわ。



2

病院まで行って診断書を取得する手間が省けるので便利だね。



3

共済金の請求がすぐにできて助かるわ。



傷害共済においても、所定の治療報告書で共済金をご請求いただける場合があります。



入院共済金・通院共済金をご請求する場合

- 契約日から2年以上経過しており、今回ご請求いただく入通院日数が30日以内であること。
- 退院していること。

手術共済金をご請求する場合

- 契約日から2年以上経過していること。

など



※上記の利用条件を満たしても、ご利用いただけない場合もございます。

※上記の利用条件は平成30年4月現在のものです。

※ご利用条件ならびに所定の治療報告書については、お近くのJAへお問い合わせください。

18435000091

JAバンク からのお知らせ

ATMサービス等の休止のご案内

ATMサービス等の休止日

2018年7 / 14(土)・15日(日)

2018年10 / 6(土)～8日(月・祝)

◆現金のお引き出しはお早めに!

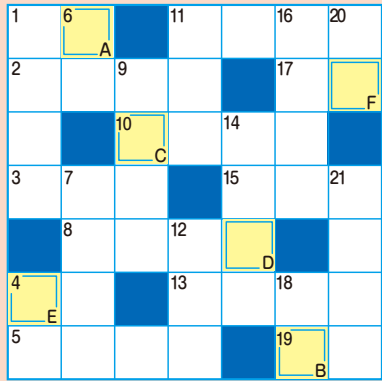
休止期間中は現金のお引き出しができませんので、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。





頭の体操 =クロスワード=

Q 二重マスの文字をA～Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



タデのカギ

- 酒を飲むための小さな器
- 整形 ―― で膝の関節を診てもらった
- 料理をのせます
- 今度来た新人は仕事の ―― が早いね
- ラストスパートです
- 本能寺の変を起こした ―― 光秀
- 乱れたものをきちんと直すこと
- 親から子へ受け継がれます
- こういうことはここじゃあ日常 ―― だよ
- 虫をよけるため布団の周りにつります
- アウトの反対語
- サッシと呼ばれることも

ヨコのカギ

- 七夕の飾りに使う植物
- 歌うことを楽しみに行きます
- シイタケ、シメジ、エリンギなど
- お酒が飲めません
- ピカッ、ゴロゴロゴロ
- 音を遮断したいときにはめます
- 社会の ―― として地域に貢献する
- カタツムリが似合いそうな花。鎌倉の明月院は ―― 寺と呼ばれます
- 輪島市や加賀市や金沢市はこの県の市
- 鎖国中にも貿易が行われた場所
- 書類や伝票につきます
- 俳優が演じたり入り込んだり

答え A B C D E F

※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。

62 8630031
JA本渡五和
総務部総務課

※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30年7月号誌上

官製ハガキに必要事項をご記入の上、左記の要領でご応募ください。
応募締切：平成30年7月6日
(当日消印有効)

応募方法



エコープ 食酢500ml
丸海 厚葉昆布 180g
を5名様にプレゼント!

5月号当選者 下浦町 Tさん 楠浦町 Yさん 亀場町食場 Yさん
五和町城河原 Iさん 五和町二江 Kさん

前回の答え ト ケ イ ソ ウ

今月の顔

本町 前田 賢一さん(41歳)



就農して8年目です。妻と子供4人の6人家族で、葉たばこ175a、飼料稲200aを栽培しています。

毎年、台風や病害被害で収量がなかなか伸びませんが、今年こそはと病虫害防除などを徹底し、品質管理に気を付けながら頑張っています。



読者の声

今回はボンカン販売額2億円突破が何より素晴らしいことだと思いました。生産者のご苦労に対して心より感謝して食べさせていただきます。

グリーントップで「くだもの漬けて飲みま酢」を試飲させていただき、美味しかったので購入しました。私はイチゴのサワードリンクを作った飲みました。今からの季節、酢を飲んで暑い夏を乗り越えたいと思います。

草がはえないようにとワラをもらって敷いていたのは良かったと思います。

（楠浦町Yさん）

ったのですが、そこはいつも湿っていてドクダミ草の天国で、今はドクダミ草との闘いです。残念!!

今年も春豆を作ってみました。青い豆を植えたのに赤い豆ができて、どうしてなのでしょう。不思議だなーと思ってる人いたら教えてください。

家のまわりにアジサイが咲いていて心が和みます。

※たくさんのお便りありがとうございました。一部をご紹介します。

（小松原町Fさん）

ひろば!



健康のはなし

今月のテーマ「歯周病に気をつけましょう」



お口の健康は大切です!



6月は歯の衛生週間です。日本は、世界一の長寿国ですが、歯の寿命は50～60年程です。また、30～34歳の20%、40～44歳の25%に歯周病の症状が認められており、これ以降、加齢と共に加速的に歯周病が進行していきます。日ごろから歯磨きなどのケアをしっかりと行い、80歳で20本以上の自分の歯を保つお口の健康を目指しましょう。(8020運動)



ご存じですか??歯周病が及ぼす影響



糖尿病	糖尿病患者さんの多くに重度の歯周病が見られます。そのため、歯周病が合併症の1つとして捉えられています。また、歯周病の炎症が、血糖値を低下させるインスリンの効きを阻害するため、歯周病患者は血糖コントロールが困難になります。
狭心症・ 心筋梗塞・脳梗塞	歯周病原菌やその毒素などが、血流に乗って冠状動脈に達すると、アテローム形成が加速化し、その結果、心血管の病気が発症しやすくなります。歯周病に罹患していると、例えば脳梗塞では、その発症リスクは2.8倍になります。
骨粗しょう症	骨粗しょう症の人が歯周病に罹患すると、歯槽骨が急速に吸収されることで症状が進行しやすくなります。
内臓型肥満	内臓型肥満による脂肪組織から分泌される物質が、歯周病を引き起こす原因になっている可能性が指摘されています。
妊娠	歯周病の炎症で出てくる物質が胎盤に影響し、早産・低体重児出産のリスクが約4倍高まります。

「意識磨き」で歯周病予防

- 力を入れすぎず、小刻みにブラシを動かす。
- 磨く順番を決めて、1本1本全ての面を磨く。
- 磨くときは歯の面にあわせて歯ブラシの角度を変える。
- 歯間掃除具(歯間ブラシやデンタルフロス)を上手に利用する。使用法が分からない場合は歯科医師や歯科衛生士に相談を。



国税だより

一般取引資料せんの提出について

一般取引資料せんの提出について
税務署では、適正公平な課税のため、法人や個人の事業者の皆様へ「売上、仕入、費用及びリベート等」に関する資料(「一般取引資料せん」といいます。)の提出をお願いしております。

「一般取引資料せん」がお手元に届いた際には、ご協力をお願いいたします。

なお、「一般取引資料せん」は、Excel形式で作成し、光ディスク等により提出することも可能です。ご不明な点は、熊本国税局ホームページ(www.nta.go.jp/kumamoto)または熊本国税局で「検索」をご覧ください。最寄りの税務署にお尋ねください。

天草税務署(☎22-7821)
※自動音声案内



エコープマーク商品の紹介

丸海 厚葉昆布 180g
920円(税込)



厚葉昆布で作る
たたき昆布



材 料

- 厚葉昆布…180g
- 九州しょう油……100cc
- 砂糖……100g
- 生姜(千切り)……ひとかけ
- 酒……少々

作り方

- ①厚葉昆布をお湯で軽く戻す。(少しやわらかくなる位)
- ②昆布の水分をペーパータオルで取り細く切る。
- ③細く切った後、さらに叩きながら小さく切る。
- ④切った昆布に熱湯をひたひたになる位、入れて冷めるまで置く。
- ⑤しょう油、砂糖、酒を入れてよく混ぜる。器に盛り生姜をのせる。

お酢をいれてもおいしいよ!!