

あさつゆ

JA本渡五和だより

No.292

2

平成29年2月18日号

特集

第9期JA本渡五和
アグリキッズスクール修了式



次代へつなぐ農業人
本渡町広瀬 松原 健之さん

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 熊本支店
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
TEL 096-356-3131

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

ユニバーサル・スタジオ・ジャパン®への旅 3日間

第2班 天草地区・球磨地区・八代地区・芦北地区・上益城地区・宇城地区・熊本市地区・阿蘇地区

出発日 平成29年4月2日(日)

募集人数 120名様(最少催行人数:35名様)

旅行代金 お一人様 31,500円

※芦北・球磨・天草地区発は2,000円追加となります。

お申込金 6,000円(旅行代金に充当します)

申込締切日 平成29年2月24日(金)

◆食 事／朝食2回・昼食0回・夕食1回
◆添 乗 員／同行し旅程管理業務を行います
◆対 象 者／小学3年生～6年生



保護者のみなさまへ

この企画は、団体行動を通じ大いに遊び、学び、春休みの楽しい思い出作りとしてご提案いたしました。出発から帰着までお子様10名～15名に1人の割合で指導員がお子様のお世話にあたりますのでご安心の上お申込み願います。

エコープマーク商品の紹介

熊本県産
米粉ミックス
200g×3 480円(税込)



チーズまんじゅう

材料20個分

- 米粉ミックス…200g
- クリームチーズ…200g
- バター…80g
- 砂糖…100g
- たまご…1個
- 溶き卵…適量(ツヤ出し用)



作り方

- ①クリームチーズは20等分に丸めておく。(しばらく常温においてから丸めた方が、丸めやすい。)
- ②バターはレンジでチンして溶かす。(無塩でなく普通バターでOK!)
- ③溶かしたバターに砂糖を加えてよくかき混ぜる。
- ④③に卵をゆっくり加えながら混ぜ合わせる。
- ⑤④に米粉ミックスを加え、さっくりと混ぜ合わせ生地 completion (バットに伸ばし20等分に分ける。)
- ⑥生地を丸く手のひらで伸ばし、チーズを包み、溶き卵(卵黄)を塗る。
- ⑦オーブントースターで10分位焼いて焼き色を見る。焦げ目が強い時はアルミホイルをのせて5分焼く。
※オープンシートかバターを下に塗ると出来上がりがはがれやすい。
※オーブンは180℃で余熱15分から20分位焼色を見る。
※河内晩柑の皮をみじん切りにして生地に混ぜても香りがよい♪
レシピ提供：JAくまフレッシュミズ



後編 暦では立春を迎えましたが1月に引き続き、2月も厳しい寒さの日が続いていますが、組合員の皆様はいかがお過ごしでしょうか？立春とは、季節が冬から春になったその日を指す日であり、雨水(2月4日頃～19日頃)までの期間をそう呼ぶこともあるようです。この日から立夏の前日までが「春」となるため、立春を一言で表すと「春の初日」となります。暖かな春が待ち遠しく感じる今日この頃ですが、皆様も体調を崩さないようご自愛ください。(Mi)



プリエールほんど おくやみ
信頼と助け合いのJA葬祭 TEL 22-0983

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



体験発表をする
大塚 幸貴さん



アグリキッズの約束唱和



元気よく返事をするキッズたち



選果所の見学の様子



上手にできたよー！



ブーメランづくりの様子



体験発表をする
森 陽向さん



交流会



1月21日（土）、第9期アグリキッズスクールの修了式を開催し、スクール生50名が卒業しました。

修了式では、修了証書授与と皆勤賞の表彰ほか、活動体験発表が行われました。

主催者側より湯貫常務が、「すべての命あるものへ、いただきます」の心と、料理を作ってくれる方への「ありがとう」、食事のありがたさへの感謝の気持ちを大事にしてほしい」と挨拶。スクール生から5年生の大塚幸貴さんと森陽向さんが体験発表を行い、「お米づくりの大変さ、農家の苦労や努力を知って、ますます好きになった」、「かかしづくりやちまきづくりなど、経験することができて嬉しか



修了証書授与（川原麗奈さん）

った」など感想を發表しました。

修了式後は、みかん選果所の見学とブーメランづくりをクラスごとに分かれて体験。選果所では選果機やみかんについて果樹指導員より説明を受けました。ブーメランづくりでは、保護者の方も一緒に厚紙を切ってビニールテープやシールを貼るなどそれぞれ



皆勤賞表彰（中元篤郎さん）

が工夫して作り、出来上がったブーメランを飛ばして出来ばえを確認しました。

体験後はスクール生が作ったもち米で赤飯とおにぎりや豚汁、管内で採れた野菜を使った料理などで食事をを行い、親睦を深めました。そのほかJAの事業紹介として、旅行企画やこども共済・医療共済のキャンペーン、JAカードの紹介なども行いました。

特集

第9期JA本渡五和

アグリキッズスクール修了式開催

熊本県農業コンクール大会
表彰式が行われました

左から中田豪さん、松下尚充さん・ユキ子さん、福田賢二さん

1月26日(木)ホテル熊本テルサで、平成28年度熊本県農業コンクール大会の表彰式が開催され、本渡五和管内からは3部門の入賞がありました。

農業コンクール大会は、県内の優れた農業経営や農業を支援する取り組みを称え、農業と農村の活性化を図るのが目的で、今回が57回目の歴史ある大会となります。入賞された皆様誠におめでとうございます。

受賞者は下記のとおりです。

部 門	賞 名	氏 名	主な品目	主な取組・活動内容・業績・功労の実績
新人王部門 (天草地区)	優良賞	中田 豪さん	不知火 (屋根掛) 不知火 (露地) 温州ミカン	大学卒業後就農し、経営移譲を受ける。屋根掛け不知火を中心に柑橘経営を行う。土づくりと選定方法に独自の工夫を取り入れ改善を行う。4H C活動を通じ積極的に地域活動に取り組む。
食と農部門 (天草地区)	優良賞	松下 尚充さん 松下ユキ子さん		旧本渡市内の子ども達に、季節ごとの農作業やかまど炊飯等1日体験を提供。農業体験施設『憩いの里やまごや』をオープンさせ、年間200人の農業体験を受け入れている。
—	地 域 貢献賞	福田賢二さん		果樹農家として、デコボン生産に励む一方、JA管内の施設デコボン生産者リーダーとして部会の組織化や生産基盤の整備に尽力し、産地育成の先導役として貢献。

タカナ現地検討会・
出荷会議開催生育状況を説明する
吉本蓮指導員

平成28年度産タカナの現地検討会・出荷会議が、1月20日(金)に第八農園の圃場で行われ、部会員24名が参加しました。

会議では、生育状況をはじめ追肥などの今後の管理や出荷日程、出荷要領について確認を行いました。



出荷会議の様子

た。今年度産は、暖冬の影響で気温の高い時期が続いたため、害虫の活動が活発となり被害が例年に比べて増加。11月には、多雨により斑点細菌病等の被害も多くの圃場で発生しており、今後の対策として病害虫が発生していない圃場についても予防として薬剤散布を行ってくださいと話されました。

同JAの吉本蓮指導員は、「肥料切れを起こさないよう定期的に追肥を行い、病害の発生やとう立ちをする前に収穫が可能な圃場については大きいものから順に出荷を行ってください」と参加者へ呼びかけました。



現物を使って説明する吉本和喜指導員

職員コンプライアンス研修会開催



研修会の様子

1月7日(土)、本店2階会議室において全職員を対象にコンプライアンス全体研修会を開催しました。

研修会ではJA綱領の唱和や田口参事による研修が行われ、コンプライアンス態勢の確立に向けてJA職員にとってのコンプライアンス(法令遵守)とは何か、コンプライアンスマニュアルを日常的に活用し、公私のけじめや最低限守るべきことなどを学びました。その他、コンプライアンス態勢を推進するための組織体制と個人情報取扱規程、不祥事再発防止策「重点取組事項・整備計画」を全員で確認しました。

防犯講習会を実施

1月17日(火)本渡五和本店において、講師に株式会社キューネットを迎えて窓口担当職員を対象に防犯講習会を実施しました。はじめに、金融機関における防犯対策についての説明と防犯管理体制のポイントを学び、改めて防犯マニュアルを復習するとともに、防犯意識を高める良い機会となりました。

その後、強盗犯に扮したキューネットの職員にカラーボールを投げつけるなどの防犯訓練を行いました。

今回学んだ防犯対策のノウハウを日頃の窓口業務に活かし、参加者全員が気を引き締め、日頃から万一来犯に備えて様々な状況でシミュレーションしておく重要性を再確認した一日となりました。



カラーボールを投げる職員の様子

青色申告会
決算研修会開催菅原明志
青色申告会会長天草税務署
井芹和美上席調査官

青色申告会は、1月23日(月)に天草税務署の井芹和美上席調査官を講師に迎え、決算研修会を開催し、会員25名が参加しました。

菅原明志青色申告会会長は「申告の際に必要な書類がないという事態にならないよう、必要な書類等は事前に準備し、受けられる控除は受けられて正確な申告を行いましょう」と挨拶を述べました。

井芹調査官は、青色申告のチェックシートと申告の手引きを使って申告の流れと扶養控除の考え方、減価償却資産について話され、マ

イナンバー制度や改正点、新しく始まる制度などの説明も行われました。参加した会員は、「医療費は何処までを含むのか」や「大雪の被害について、助成金申請時には写真等を添付したが申告の際も必要か」などの質問を行い、分からない所を詳しく解説して貰いました。

今後は、代行記帳利用者を対象に2月7日に決算修正会と15日に決算作成会を実施し、2月下旬からは派遣税理士による申告書確認も行う予定です。



畜産

●3月子牛品評会の開催

3月10日(金) 10時 天草畜産農協

●子牛セリ市 3月17日(金)

天草家畜市場子牛セリ成績表(1月17日) (税込み)

	子牛	頭数	平均体重	平均日齢	平均価格
市天草家畜場	雌	150	276	275	805,334
	去	200	303	273	947,835
	計	350	291	274	886,515
本渡	雌	21	282	274	853,149
	去	27	306	269	995,360
	計	48	296	271	933,143
五和	雌	33	272	273	836,378
	去	55	306	272	962,378
	計	88	293	273	915,128

●子牛初せり開催

平成29年最初の子牛セリ市が天草家畜市場において1月17日(火)に開かれました。雌・去勢あわせて350頭が売却。市場平均価格は、88万6,763円、前年比11万9,602円高(昨年対比115.6%)、本渡五和の平均価格は、92万1,486円と市場平均価格より3万4,723円高の高値で取引されました。購買者は九州外からも来場され、市場定員139人がうまる活気あふれるセリ市となりました。

次回は3月17日(金)に開かれますので、子牛セリ市において高値で取引されるよう今後とも飼養管理技術の向上を図っていききたいと思います。

●飼養衛生管理基準の遵守について(隣国で口蹄疫が発生)

最近、農場への立入の際に農場外との区別や車両出入り口の石灰散布など以前に比べると、自衛に関する意識が薄れてきているようです。ここで、再度口蹄疫の恐怖を思い出し今一度、下記の遵守事項を徹底し天草の家畜を自らの手で守りましょう。

◇飼育地(牛舎敷地)を明確に分ける。

◇踏み込み消毒槽を設置し2日～3日毎に取り替える。(汚れたら交換してください)

◇『関係者以外立入禁止』の看板を設置し飼育管理地であることを明確にする。

◇車両進入口には石灰等を散布し車両(タイヤ)の消毒を徹底する。

◇定期的に牛舎内は清掃・消毒を行う。(糞尿除去後消石灰散布)

◇農場敷地内には海外へ渡航された方を入れない。(帰国後2週間～3週間)

◇外部導入牛は一定期間別飼いし様子を見ながら徐々に他の牛と接触させる。

◇農場訪問者(家族以外すべての方が対象)の詳細を必ず所定の用紙に記録し1年以上保管する。(最重要)

●平成29年度家畜導入事業募集しています

平成29年度家畜導入事業の申込用紙を各支店へ用意していますので希望される方は記入、提出をお願いします(期日は2月28日まで)。

●異常産注射申込書を配布しております

希望される方は所定の用紙に記入の上、最寄りのJA窓口へ提出してください。

○実施予定日 1回目 29年4月
2回目 29年5月

○分娩前後1ヶ月の牛は避けてください。

○前年未接種及び繁殖育成牛については2回接種をお願いします。(最近異常産による死産があります。)

●子牛の注射を行います

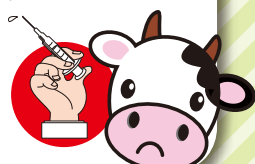
下記の日程で行います。ご確認ください。

本渡 2月20日(月) 杵宇土・宮地岳・楠浦
2月21日(火) 本渡北・本渡南
亀場・下浦

五和 2月22日(水) 五和 多頭飼育農家
2月23日(木) 五和 五和西地区
2月24日(金) 五和 五和東地区

空胎防除

2月14日(火)



営農情報

野菜

【インゲン】ハウス栽培管理

●温度管理は25℃を目安にし、25℃以上になると換気する。日中の高温障害に注意してください。

●かん水は生育の前半はひかえ、着莢後は土壌水分を見て適宜かん水を行う。

トンネル栽培

●日当たりが良く排水の良い圃場にし、畦は高畦としマルチ・トンネルは早くかけ、地温確保に努める。

●播種…2月下旬～3月上旬、1ヶ所に2粒まき、覆土は2cm位の深さ、間隔は40cmのチドリとする。

●間引き…健全な1株を残す。本葉3～4枚頃土寄せする。

【バレイショ】

●芽が多い株は1～2本の芽に整理してください。

マルチ栽培

芽が出だしたら巡回に努め、ポリフィルムを破り芽を出してください。

【春タカナ】

収穫期まで肥料切れのないよう追肥を行う。すでに収穫期のタカナは漬け込みも開始しております。

追肥…液肥500倍を葉面散布

硫安10a当20kgを散布

オクラ、シシトウ、カボチャの面積推進中

作物

茶

1. 施肥

ア) 春肥の時期です(2月下旬と3月中旬の2回)
MR133、60kg+油かす100kg(10a当)
イ) 芽出し肥(3月下旬に施用)
硫安40kgまたはアサヒエース60kg

2. 春整枝(面ならし)

秋摘みの整枝から出た部分を切り揃える。(古葉、木茎の混入を防ぐ)時期は2月下旬～3月上旬に実施。

早期水稻

●床土の準備は早めに 10a当 100ℓ

育苗用床土 10a当 4袋(ひのくに床土)

●種籾は播種1週間前に塩水選(うるちの場合水10ℓに塩2kg)を行い、その後種籾消毒を行います。

●種子消毒

ヘルシードTフロアブル200倍液(水10ℓに50cc)に24時間浸漬します。途中1～2回かく拌してください。

●催芽は、はと胸程度(芽の長さ1mm程度)に行い播種する。

仔牛品評会

五和町御領の岡田敏秋さん「まこ号」首席に輝く

1月10日(火)、天草畜産農協で仔牛品評会が行われ、27頭が出品されました。

厳正な審査の結果、五和町御領の岡田敏秋さんの「まこ号」が首席に輝きました。「まこ号」は、父が「美津照重」、母の父が「勝忠平」、母の祖父が「安平」。井上審査員は、「発育良好な牛が揃っており、「まこ号」は前駆・後駆ともに良好で、脂質も素晴らしかった。セリまで後一週間となりますが高値販売を

目指して手入れを頑張ってください」と述べられ、首席に輝いた岡田さんは「久しぶりに首席を受賞できて、とても嬉しかったです。次も受賞できるように良い牛を育てていきたい」と話されました。



首席の岡田敏秋さんの「まこ号」

JAの自動車共済加入者向け
突然の「事故」や「故障」など緊急時に心強いスマホアプリが新登場!!

JA共済

くるまのミカタ

お車のトラブル時にアプリを利用すれば受付窓口へのスムーズな連絡が可能です。

1 レッカー・ロードサービスの要請

受付窓口 JA共済サポートセンター

3つの特長

- GPS機能で位置情報を送信することができます!
- トラブル状況の画像を送信することができます!
- お車情報を自動送信します! ※ご利用時に事前登録がされていないと、お車情報はJA共済サポートセンターに通知されません。

必要情報をJA共済サポートセンターに送信でき、迅速にレッカー・ロードサービスを受けられます!

2 事故受付

受付窓口 JA共済事故受付センター

位置情報を確認することができます!

確認された位置情報をJA共済事故受付センターへお伝えいただくことで、事故受付がスムーズになります。

※JA共済事故受付センターへ電話発信する場合は、位置情報は送信されません(アプリ画面にて位置情報を確認することが可能です)。また、JA共済事故受付センターにトラブル状況の画像を送信することはできません。

事故や故障が発生した際には、JA共済サポートセンターまたはJA共済事故受付センターの専門スタッフがいつでも(24時間365日)対応いたします。ぜひ、お持ちのスマートフォンにアプリをご準備ください。

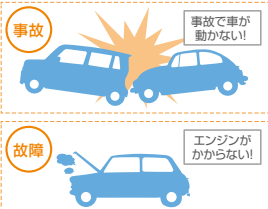
※アプリご利用時の通信料は、ご利用者様のご負担となります。

こんな時に使える! 「くるまのミカタ」の活用 (例)レッカー・ロードサービスの要請

突然の「事故」や「故障」で車が動かない…



あわてず「くるまのミカタ」を利用してJA共済サポートセンターへ連絡!



※トラブル画像の送信有無はご利用者様へ選択いただけます。
※ご利用時に事前登録がされていないと、お車情報はJA共済サポートセンターに通知されません。

JA共済

いま、JAで給与受取口座を新たに指定いただくと

松下奈緒のJAバンクオリジナル
QUOカードをプレゼント!

5,000円分

お申込期間

平成29年2月1日～5月末日まで
(申込書:当日消印有効)

応募者
全員に!

「対象取引」の条件を満たしている方に限りです。



※QUOカードのデザインにつきましては、実際のものとは異なる場合がございます。

クレジットカード機能が付いた「JAカード(一体型)」が便利でおトク!



初年度年会費が無料!
さらに、ご利用条件により次年度の年会費も無料!

※1 ゴールドカードを除きます。 ※2 次年度以後の年会費無料化条件は、右記のとおりです。 ※年間12万円以上のカードショッピング利用 ※電気料金金のJAカード支払い ※携帯電話料金金のJAカード支払い

JAカードで携帯電話料金をお支払いいただくと、三菱UFJニコスギフトカード1,000円をプレゼント!

※1 対象となる携帯電話会社は、NTTドコモ、au、ソフトバンク、ワイモバイルです。
※2 お手続方法は各社ごとに異なります。各携帯電話・PHS会社のお手続方法に沿ってお手続きください。 ※3 過去1ヵ年、JAカードで携帯電話料金をお支払いいただいていたお客様を対象とさせていただきます。 ※4 対象期間は平成29年3月までとなります。 ※5 住所等登録内容に変更がありましたら、所定の変更手続きをお願いいたします(変更手続きを行っていない場合、お届けできないことがあります)。
※6 ギフトカードは、携帯電話料金のお支払い開始から約3ヵ月後にJAバンクよりお届けします。

カーライフでおトク&便利!
JA-SS、ホクレンSSで割引が受けられる!

キャッシュレスで快適なドライブが楽しめます。
さらに、ETCカードは新規発行手数料・年会費が無料。

所得税、市・県民税の申告が始まりました

申告日程

2月16日(木)～3月15日(水)

農業・営業・不動産などの収入がある人で所得税、市・県民税の申告が必要な人は、各申告会場で申告をしてください。最寄りの会場で都合が悪い場合は、どこの会場でも申告することができます。

●受付時間：午前の部【午前9時～正午まで】 午後の部【午後1時～同3時30分まで】

※市民センターは午後4時まで

地区	月 日	申告会場
本 渡	2/22(水)	本町地区コミュニティセンター
	2/23(木)	楠浦地区コミュニティセンター
	2/24(金)	宮地岳地区コミュニティセンター
	2/27(月)	志柿地区コミュニティセンター
	2/28(火)	下浦地区コミュニティセンター
	3/6(月)	佐伊津地区コミュニティセンター
和	3/2(水)・3(金)	天草市民センター 展示ホール
	7(火)～10(金)	
	14(火)・15(水)	

地区	月 日	申告会場
五	2/16(木)・17(金)	五和漁村センター
	2/20(月)	五和町コミュニティセンター
和	2/21(火)	地域交流センターおおくす
	3/13(月)	鬼池地区コミュニティセンター

所得税確定申告会場の開設期間など

- と き：2月16日(水)～3月15日(水) ※土・日曜日を除く
- 申 告 相 談…午前9時～午後4時
- 申告書受付…午前8時30分～午後5時
- ところ：天草税務署(古川町)

(お問い合わせ) ◎市・県民税の申告について…天草市役所課税課 ☎23-1111

◎所得税の申告について…天草税務署 ☎22-2510

※農畜産物の単価などのお問い合わせはJA本渡五和企画生活課 渡邊まで ☎23-2231

青色申告をはじめましょう

青色申告は、自分の経営を客観的につかむための重要なツールです。青色申告には、税制上のメリットもありますので、早速取り組んでみましょう。

新たに青色申告を始めるためには、個人の場合、平成29年3月15日までに最寄りの税務署に「青色申告承認申請書」を提出する必要があります。

なお、政府の農林水産業・地域の活力創造本部において、青色申告を行っている農業者を対象とした収入保険制度の導入が決定されました。

詳細は、農林水産省ホームページまたは九州農政局熊本支局地方参事官室まで。

☎096-300-6020 ☎096-300-6024

人事異動 (平成29年2月1日付)

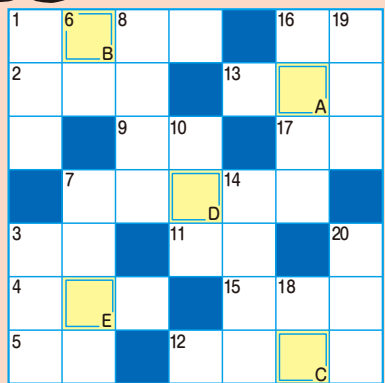
氏 名	役 職 名	
	新	旧
松本 太一	金融共済部長	金融共済部長兼金融課長
森 弘生	考査役 本渡西支店 支店長	本渡西支店 支店長
堤内 昌子	本渡北支店 支店長	金融共済部 共済課 課長
倉田 徳子	金融共済部 共済課 課長	本渡北支店 支店長
大平 政信	金融共済部 金融課 課長	総務部 総務課 審査役 葬祭センター所長
猪口 信幸	総務部 総務課 課長待遇 葬祭センター所長	五和西支店 支店長
柿本 衛二	五和西支店 支店長	五和西支店 支店長代理
宮本恵美子	五和西支店 支店長代理	五和東支店 支店長代理
山下 隼人	五和東支店 支店長代理	金融共済部 共済課 普及係長
渡邊 大成	営農経済部 企画生活課 企画係長	営農経済部 企画生活課 調査役 企画係
山元 茂樹	総務部 総務課 葬祭センター副所長(嘱託)	総務部 総務課 葬祭センター係(従業員)
井上 博子	総務部 総務課(臨時)	本渡北支店 貯金兼出納係(臨時)



頭の体操 =クロスワード=

クイズに正解するとステキな商品が当たる！

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

- 1 役者が観客に見せるもの
- 3 卒業式で在校生が卒業生のために読みます
- 6 ドラマの——地を見学しに行った
- 7 ボラの卵巣から作る珍味
- 8 ヒエやアワ、キビなどのこと
- 10 自分の目では見ることができない範囲
- 14 鍋料理の締めに作ることも
- 16 阿弥陀如来が居るとされる所
- 18 中敷きを入れると履きやすくなることも
- 19 京都市内の道は——の目のようだと いわれます
- 20 知多半島、渥美半島がある県

ヨコのカギ

- 1 桃の節句に付きものの飲み物
- 2 水をくんで運ぶのに適した容器
- 3 流れ星が横切る所
- 4 雲の切れ目から——が差す
- 5 栄養があっておいしい物のこと
- 7 両親と未婚の子どもで構成されます
- 9 背中とお尻の間
- 11 陸・海・——
- 12 ONとOFFを切り替える装置
- 13 臼歯の別名です
- 15 周囲が——の手を差し伸べた
- 16 12時から23時の終わりまで
- 17 エビネやサギソウもこの仲間

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。

●お名前
●住所(必ず番地まで記入)
●氏名(ふりがな)
●電話番号
●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。

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29年3月6日
発表：平成29年4月号誌上(当日消印有効)

応募方法



5名様にプレゼント!

前回の答え **ユキダルマ**

12月号当選者 下浦町 Wさん 楠浦町 Sさん 本渡町本渡 Iさん 本町新休 Oさん 五和町手野 Mさん
1月号当選者 下浦町 Yさん 楠浦町 Oさん 本渡町本渡 Mさん 本渡町広瀬 Tさん 本町新休 Oさん

今月の顔

本渡町広瀬
松原 健之さん(36歳)



就農して17年目になります。両親と姉の4人家族でイチゴ35a、オクラ10a、そのほか多品目の野菜を栽培しています。「多収量と技術向上を目指して、これからも頑張っ努力していきたいと思います」現在、彼女募集中とのこと。



読者の声

みんなの言葉

●いつもでも暖かく、野菜は一度に大きくなり、漬物や乾燥保存したり大忙しです。丹精込めて育てた野菜は、余すことなく味わいたいと頑張っています。(下浦町Oさん)

●健康のはなしが、毎月楽しみにしています。今月は腰痛について大変勉強になりました。ぜひ実行したいと思っています。(本渡町広瀬Hさん)

●いつもあさつゆ楽しみにしています。農業のこと、健康・料理など大変ためになりました。クイズも大好きなので楽しみにしています。(本町Mさん)

●仕事に忙しくて野菜畑に2週

※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。

●女性大学でいただいた野菜の苗で、立派な花野菜ができ、自分でも驚きました。一度に食べきれないので近所の方に半分分けてあげました。自分で作った野菜のおいしさが別格であることを知りました。(五和町二江Kさん)

●間ふりに行ってみました。大根・ブロッコリー・タカナ等、みんな大きく育っていました。自分で育てた野菜は可愛いものです。野菜作り、頑張ろうと思いました。

ひろば！

理事会だより

平成29年1月31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。

実績報告 平成28年度第3四半期事業実績について
第1号議案 平成28年度JA全国監査機構期中監査指摘事項に対する回答について
第2号議案 生活応援キャンペーン(マイカーローン)の実施に伴う金利設定について
第3号議案 JA住宅ローンにおける団信特約部分の金利上乗せの設定について
第4号議案 個人ネットバンク月額利用手数料無料化について

報告事項

1. 平成28年度上半期監事監査処理てん末報告について
2. 余裕金運用状況について
3. 有価証券評価損益管理報告について
4. 延滞債権報告について
5. 春の肥料・農薬特別販売について

農機センターからのお知らせ

今年度も田植機の点検をしておりますので、点検をご希望の方は農機センターまでお知らせください。

実施予定 2月中旬～3月中旬

農機センター
☎34-0163 FAX34-0183

農家の皆さんへ

農業用廃プラスチック類の取扱いについて
農業用廃プラスチック類(ハウスビニール・マルチ等)の焼却は法律で禁じられています。また、各地区での資源ゴミには出せません。必ずJAが行う回収日に出してください。



健康のはなし

今月のテーマ「高血圧について」

血圧は高くありませんか？

血圧とは、心臓が血液を送り出す際に血管の壁にかかる圧力のこと指します。1日の間でも変動があり、緊張やストレス、様々な日常生活の場面において値が変化します。

高血圧とは、安静時の血圧が慢性的に正常値よりも高い状態をいいます。血圧が高い状態が長く続くと、血管に負担がかかり、動脈硬化を起こしやすくなります。その結果、脳卒中(脳梗塞や脳出血など)や心疾患(心筋梗塞や狭心症)などの重大な病気につながります。また、高血圧は「サイレント・キラー」と呼ばれ、自覚症状がないまま進行することが多い病気です。

	分類	収縮期血圧	拡張期血圧
正常域血圧	至適血圧	120未満	かつ 80未満
	正常血圧	120-129	かつ/または 80-84
	正常高血圧	130-139	かつ/または 85-89
高血圧	I度高血圧	140-159	かつ 90-99
	II度高血圧	160-179	かつ/または 100-109
	III度高血圧	180以上	かつ/または 110以上
	収縮期高血圧	140以下	かつ 90未満

高血圧予防のためにできること

- ★食事は減塩を心がける
- ★太りにすぎに注意する
- ★規則正しい食生活
- ★ストレスをためない
- ★タバコを吸わない
- ★アルコールは控えめに
- ★体を動かす習慣を身につける
- ★十分な睡眠と休養



家庭で測ると正常なのに病院や健康診断で血圧を測ったら高めだったということがありませんか？白衣を見ると緊張などから血圧が上昇することがあります。「白衣高血圧」です。血圧は、「家庭血圧」を知ることがとても大切です。病院や健康診断以外でも時々血圧を測定しましょう。また、厚生連診断所では高血圧に関する無料相談も行っております。血圧が高めな方は一度ご相談ください。

おかげ様で29周年

期間 平成29年3月1日(水)～3月31日(金)
定休日 3月21日(火)

日頃のご愛顧に感謝してのキャンペーン!!

特典1 回数券(大人)1冊(10枚綴り)
通常価格4,500円を **3,500円**にて販売!
小人用1冊(10枚綴り)も
通常価格1,500円を **1,000円**にて販売!
※回数券の有効期限は発行日より1年間

特典2 期間中(1・9・16・22日)
サービススタンプ2倍

本渡温泉センター 天草市瀬戸町1-1
☎0969(24)2181