あさつゆ

No.357

7

令和4年7月号

特集 第33回通常総代会開催

田植え体験
(本町営農組合・本町保育園)

発行 JANA五和 ■編集 総務部総務課 ■発行日 令和4年7月16日
熊本県天草市南新町9-22 TEL 0969-23-2231

「JAくまもと」の実現に向けて③

熊本県JAグループでは、環境変化に適時・的確に対応しながら「農家・組合員の多様なニーズに、これまで以上に応えていくため」「JAの組織・経営基盤を将来にわたってより強固なものにするため」に「熊本県域JA構想」の協議を進めています。シリーズで「JAくまもと」についてご紹介してまいります。

熊本県域JA実現後の事業内容②

信用事業

合併後は、融資専任担当者の拡充などを通じて、対応力の強化を図り、農業所得の向上や地域活性化に取り組みます。

合併

したらどうなるの？

専門知識を有した「融資専任担当者」が、皆様の課題に対する解決策やご提案を通じて、所得向上を全力でサポートします。また、県内どこでもJA窓口でも貯金・借入手続きが可能になりますので、利用者の皆様の利便性が向上します。

共済事業

合併後は、組合員・利用者サービスの拡充と利便性の向上に取り組みます。

合併

したらどうなるの？

合併により、県内どこでもJA窓口でも共済金の請求や、契約内容の変更、交通事故対応が可能になりますので、利用者の皆様の利便性が向上します。

管理部門

合併後は、管理部門の集約や知識・ノウハウの結集、情報技術の活用により、効率的かつ効果的なJA運営の実現を図ります。

合併

したらどうなるの？

合併により、14JAがそれぞれ担っていた同じような業務（経理業務や人事業務など）を集約し、デジタル化を進めることで、経営のスリム化や、組合員の皆様へのサービスを維持・拡大することができます。

編集 後記

皆様からいただいたお
手紙にもありましたが、
今年はおつという間に梅

雨明けとなりました。6月中の梅雨明けは昭和26年の統計開始以降最も早いとのこと、今年も異常気象の傾向にあるのかな、と心配しています。また、梅雨明けと共に暑い日が続いています。農作業をされる際は、こまめな水分補給、適度な塩分摂取、無理をせず休憩など熱中症対策に気をつけてお過ごしください。
さて、美味しい夏野菜の季節になりました。我が家でもキュウリ、インゲン、オクラ、ピーマン、ナスなど次々に大きくなるため、毎日工夫しながら食卓に並べています。おススメの食べ方がありましたらぜひ教えてくださいたいと思います。
なお、再び新型コロナウイルスが感染拡大傾向にありますが、天草地域でも色々なイベントが再開されています。今後も夏本番に向けて、各地域でのお祭りや花火大会が催されます。感染症対策を十分に楽しみましょう。
(M・M)

第33回 通常総代会開催

特集

原案通り承認・可決

挨拶を行う梅川組会長

第33回通常総代会が6月18日(土)、本店大会議室において開催されました。総代497名中382名(委任状・書面議決書を含む)の総代の方のご出席をいただきました。総代会では、次の第1号議案から第4号議案および附帯決議が上程され、慎重に審議された結果、原案通り承認可決されました。

【第1号議案】 令和3年度事業報告及び剰余金処分案について

〔報告事項〕 令和3年度貸借対照表、損益計算書、注記表及び附属明細書について

【第2号議案】 令和4年度事業計画及び関連事項について

【第3号議案】 第7次JA活動総合3カ年計画について

【第4号議案】 定款の変更に
ついて
【附帯決議】 本日の決議事項中、軽微な事項の変更・修正及び誤算・誤字の訂正並びに法令、その他行政庁の指示による必要な修正加除は、これを理事会に一任するものとする。

令和4年度事業方針

今年度は、第7次JA本渡五和活動総合3カ年計画の初年度となり、これまでの取り組み状況を検証・精査し、更なる「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を図るために、営農法人

などの担い手への経営支援や労働力確保支援等に努め、持続的・安定的な生産基盤の強化を図ります。特に現在新型コロナウイルスや紛争等の影響により様々な物資の高騰が続いており、農業においても生産コストの上昇や肥料等の原料不足等の影響により安定的な供給体制の維持が困難な状況になってきております。このような時こそJAグループとして協同の力を発揮すべき時でありますので、課題克服に向け

最大限の取り組みを展開してまいります。また、今年度より新たに、自己改革を実践するための具体的な方針や中期の収支シミュレーションなどを盛り込んだ自己改革工程表を策定し、着実な自己改革の実践に取り組んでまいります。

そのような中、「第27回JA熊本県大会」において、『熊本県JA』の設立が令和6年4月とすることが正式に決定され、現在県下JAにおいても組織・経営基盤強化に取り組んでいる状況にあります。当JAにおきましても県域・JA全般の課題を踏まえ6月末に組織再編を計画しておりますが、これまで以上に専門性を高め、より効率的な体制確立を目指してまいります。

令和4年度の重点取り組み事項

1. 農業者の所得増大に向けた取り組み
 - ① 地域営農組合や担い手への経営支援と相談機能強化
 - ② 新規就農者・後継者支援と労働力確保に向けた取組強化
 - ③ 農業施策への積極的な対応
 - ④ コロナ禍での地産地消等消費拡大に向けた取組強化
 - ⑤ 生産コスト低減に向けた支援強化
2. 経営・財務基盤の安定・強化に向けた取り組み
 - ① 自己改革の実践を支える財務基盤の充実
 - ② ぐらしの活動による理解醸成と組合参画の促進
 - ③ 協同組合としての人づくり

議長の山中隆幸さん(左)と久保俊治さん

総代会議の様子

地域の活性化

「本渡東小学校の児童へ
田植えの体験学習」

天草営農組合

6月16日
行っ長 (木)、天草
を組 営農組合は
大塚 下浦町の田
を組 児童38人に田植えの体験学習を
行いました。

代表の児童が「待ちに待った田植えです。お米の大切さを学びます」と挨拶すると、大塚基生組合長は「苗に大きくなれ、と声をかけながら植えてくださ

説明を真剣に聞く児童たち

田植えの様子

い」と話されました。注意事項を聞いた後、児童たちは約12aの田んぼに横1列に並び、営農組合員の指導を受けながら手にした苗を丁寧に手植えました。手植えのあとは機械で植付けがされ、自在に動く田植え機の様子を感心した様子で見学しました。今後は、10月に稲刈り体験が行われる予定です。

地域の活性化

本町保育園の園児に
田植え・どろんこ遊び体験

本町営農組合

▲丁寧に苗を植える園児

本町営農組合は6月15日(水)、本町保育園の園児31人に田植えとどろんこ遊びの体験学習を行いました。

同体験学習は、子ども達に食べ物大切さと農業の大変さを体験して欲しいという同営農組合と本町保育園の共通の願いから実現し、今年で5回目となります。田植え体験では、松元正和組合長が「秋にはおいしいお米ができます。がんばって苗を植えましょう」と挨拶されました。その後、園児たちは営農組

▲泥だらけで田植えをする園児

合員と先生に手を引かれながら、おそろのおそろ3・5aの田んぼに入り田植えを開始。小さな手に苗を持って、ぬかるむ田んぼに苦戦しながらも頑張っ手植えしました。3班に分かれての体験のため、順番を待ちきれず「先生、まだ」コールを繰り返す園児たちもいました。田植え後にはどろんこ遊び体験が行われ、園児たちは田んぼを駆け回り、全身泥だらけになって楽しみました。

地域の活性化

「本渡南小学校の
児童へ田植え指導」

本渡南小学校の5年生の児童58人は6月17日(金)、本渡町の水田で田植えの体験学習を行いました。

学校では、担任の先生の「児童たちに農業体験をさせたい」という願いのもとバケツ稲づくりの学習を計画してJAに相談に来店されました。

JAからは食農教育のために借り上げている田んぼの利用を

吉本営農課長の説明

提案し、今回の田植え体験が実現しました。田んぼに入るのは初めてという児童がほとんどで、営農課の吉本和喜課長による注意事項のあと一人ずつ苗を受け取り、児童たちは約10aの田んぼに横1列に並び、役職員の指導を受けながら手にした苗を丁寧に手植えました。最初は田んぼに入るのも戸惑い「早く入らないと終わりませんよ」と言われて泣きながらも足を入れる児童もいましたが、ぬかるむ田んぼに足を取られつつ笑顔で体験を楽しみました。

知りタイガーの JA虎の巻

第29回
JA全国大会決議
JAグループの実践

【今回のテーマ】

「地域の実態に応じた持続可能な農業・農村の振興と政策の確立」って、どんな課題があって、JAグループはどんな取り組みをしているの？

課題の1つが、多くを輸入に頼る飼料や肥料などの生産資材価格の高騰や調達の不安定化です。

背景には、世界的な食料需給の拡大等があり、中長期的な視点にたった対応が必要となっています。

そこでJAグループがすすめる対応策の1つが、田畑で栽培した飼料作物を家畜の「飼料」にし、家畜の堆肥を田畑の「肥料」にする「耕畜連携」です。地域内の資源を飼料や肥料として活用することで、安定的な調達と、農地や環境の保全にもつなげることができます。

耕そう、大地と地域の未来。

耕畜連携のフロー図(例)

作物

農薬散布時には、近隣農作物への飛散に注意しましょう！

早期水稲

水管理

穂が出揃ってからは、根を健全にするため間断かん水を徹底しましょう。早めに水を落としますと粒張り不足や胴割れ米の原因となり、品質食味を落とします。落水期は刈取りの5日前まで延長しましょう。

間断かん水とは「2日間はかん水、3日間は落水」状態です。台風が接近する場合、風が強くなる前に深水にしましょう。

水管理表

●適期刈取り

1穂の籾のうち、85%ぐらい熟れたところが適期です。

●架干し(水分は15%を目標)

3～4日間を厳守してください。長くなると胴割米が多くなります。

普通期水稲

●水管理…中干し(7月31日まで)後は、間断かん水を行う。

●穂肥…穂数の増加、実入りをよくするため有機苦土入038号を10a当たり20kg施用。ヒノヒカリで8月5日頃です。

●病害虫防除

●いもち、白葉枯、紋枯病
…オリブライト粒剤10a当り1kg、8月上旬散布。

●カメ虫(斑点米)ウンカ防除…畦畔雑草、水田周辺雑草を除去し、耕種的防除を行ってください。

- ・ピームキラップジョーカーフロアブル
- ・トライスタークル粉DL
- ・スタークル顆粒水溶剤
- ・トレボンスター粉DL

穂揃期

乳熟期

営農情報

秋冬野菜面積推進取りまとめ中です。

冬レタス、玉ねぎ、秋インゲン、春バレイシヨ、スナップエンドウ、水菜、タカナ、取りまとめします。指導員とご相談の上、面積拡大を図ってください。

●オクラ…出荷規格(9.5～12cm)を厳守してください。

●病害虫防除(収穫前日まで)

すす病…ダコニール1000 1,000倍 前日5回
灰色カビ病

…ロプラール水和剤 2,000倍 前日3回

うどんこ病

…トリフミン水和剤 5,000倍 前日3回

カメムシ・アブラムシ

…トレボン乳剤 1,000倍 前日3回

オオタバコガ

…アフーム乳剤 2,000倍 前日2回

アブラムシ

…ダントツ水溶剤 2,000～4,000倍 前日3回

★オクラの管理

■追肥については、1週間～10日に1回S646号(またはアサヒエース)を10a当たり

野菜

20kg～40kg(1～2袋)施用。

■灌水については、1週間間隔で行ってください。

●シシトウ

●台風対策：圃場の周りに防風ネットを設置し、排水溝を整備し、支柱や杭にしっかり固定する。

●病害虫防除(収穫前日まで)

斑点細菌病…Zボルドー500倍

スリップス、オオタバコガ

…コテツフロアブル2,000倍

収穫前日2回

アブラムシ…アクタラ顆粒水溶3,000倍

収穫前日3回

★シシトウの管理

■追肥については、1週間～10日に10a当たりS646号を12kgもしくはアサヒエース15kgを施用。

■灌水については、1週間～10日間隔で行ってください。

オクラ高品質生産の徹底図る

園芸部会オクラ部は6月22日(水)、五和町城河原の東野健二さんの園地で現地検討会と出荷会議を開きました。部員15人が参加され、5月末に出荷を始めてから現在までの生育状況や販売状況、今後の管理作業・出荷基準について確認しました。

喜多指導員は「追肥が遅れると草勢の管理が難しくなるので早めの追肥を心掛けるなど、栽培管理、出荷基準を徹底して高品質出荷を図りましょう」と呼びかけました。

その後、追肥や病害虫防除、排水対策など今後の栽培管理について細かく確認しました。収穫調整、品位基準、ネットや箱詰め的要領についても徹底を図ります。

オクラの出荷は7月下旬から8月中旬にピークを迎え、10月末まで続きます。4年度は出荷数量60トン、販売金額37,000千円を計画しています。

生育状況を確認する部員と営農指導員

畜産

○空胎防除 8月3日(水)予定(本渡・五和地区)

○五和地区子牛注射 8月中旬予定

○本渡地区子牛注射 8月17日(水)・18日(木)

○育成品評会 8月下旬午前中予定

《夏季における飼養管理》

家畜には生産のために最も適した環境温度域(生産温度域)があり、乳牛は10～18℃、肉用

牛では13～25℃とされています。気温が26℃を上回ると、呼吸数を増加させたり、発汗を活発にして水分を蒸発させるなど、体温を一定に保つために体内の熱の放散を活発に行います。気温が上がると水の摂取量が多くなります。水の働きは、暑さによって失われた水分を補給するだけでなく、体内を冷やして体温を下げるといった効果もあります。夏場は特に、牛が低温で新鮮な水をいつでも飲めるようにしましょう。(換気扇の設置も有効)

水稻玄米水分計をご利用の皆さまへ

水分計の設置場所は次の通りです。【設置場所 計9カ所】

- 中央支店
- グリーントップ本渡資材店舗
- 本町営農組合事務所
- プラザ本渡東店
- 本渡ライスセンター
- ※ご確認のうえご利用ください。
- 五和支店
- 宮地岳営農組合事務所
- プラザ五和東店
- 本渡山口の里営農組合事務所

人事異動

(令和4年6月27日付)

氏名	新	旧	氏名	新	旧
【本店】			【中央支店】		
松下 眞一	営農経済部長	営農経済部長兼 企画生活課長	江崎るみ子	中央支店 プラザ本渡東店 渉外係	本渡東支店 渉外係
堤内 昌子	監査室 室長補佐 営農経済部 企画生活課長兼 葬祭センター所長	本渡北支店 支店長	大平 秀美	中央支店 プラザ本渡東店 経済係	本渡東支店 経済係
田代 功	金融共済部 金融課 課長補佐(融資担当)	五和西支店 支店長	【本渡支店】		
吉田 徹一	営農経済部 グリーントップ本渡 副店長	本渡東支店 支店長代理	倉田 徳子	本渡支店 支店長	本渡南支店 支店長
鶴田 博文	金融共済部 共済課 主任自動車共済査定員	金融共済部 共済課 共済係長	山下健太郎	本渡支店 支店長補佐	本渡南支店 支店長代理
有馬 幸伸	金融共済部 共済課 主任自動車共済査定員	本渡北支店 主任共済係	榎原 徳男	本渡支店 支店長代理	本渡北支店 支店長代理
山中雄一郎	金融共済部 共済課 共済係	本渡南支店 共済係	入江 清美	本渡支店 共済係長	五和東支店 貯金係長
濱 直樹	営農経済部 果樹課 果樹指導係	営農経済部 営農物流センター係	本渡支店	本渡支店 共済係兼窓口補佐	本渡北支店
鬼塚 涉吾	営農経済部 経済課 営農物流センター係	五和西支店 経済係	坂口 夏樹	本渡支店 渉外係	本渡南支店 渉外係
境 路子	金融共済部 金融課 金融係	本渡西支店 貯金係	大西 海斗	本渡支店 貯金係	本渡南支店 貯金係
高橋あゆみ	金融共済部 共済課 共済係	本渡北支店 貯金係	安楽 忍	本渡支店 貯金係	本渡西支店 貯金係
【中央支店】			澤江佑美子	本渡支店 貯金係	本渡西支店 貯金係
柿本 衛二	中央支店 支店長	本渡西支店 支店長	坂上 由佳	本渡支店 貯金係	本渡北支店 貯金係
山下 友也	中央支店 支店長補佐	本渡西支店 支店長代理	清水 知子	本渡支店 貯金係	本渡北支店 貯金係
梅本 文範	中央支店 支店長代理	五和東支店 支店長代理	【五和支店】		
池田 樹	中央支店 共済係	本渡西支店 共済係	尾下 光一	五和支店 支店長	本渡東支店 支店長
川峯 大和	中央支店 渉外係	本渡西支店 渉外係	宮本恵美子	五和支店 支店長補佐	五和東支店 支店長
松本あづみ	中央支店 貯金係	本渡東支店 貯金係	坂上 浩一	五和支店 支店長代理	五和西支店 支店長代理
川本 美里	中央支店 貯金係	本渡西支店 貯金係	村松 伸吾	五和支店 主任共済係	五和西支店 主任共済係
尾下 沙織	中央支店 貯金係	本渡北支店 貯金係	松崎 由香	五和支店 貯金係	五和西支店 貯金係
村吉小百合	中央支店 貯金係	本渡北支店 貯金係	山下麻美子	五和支店 貯金係	本渡西支店 貯金係
荒田 亮助	中央支店 プラザ本渡東店 共済係長	本渡東支店 主任共済係	越地 美和	五和支店 貯金係	五和西支店 貯金係
梅田 晴美	中央支店 プラザ本渡東店 貯金係	本渡東支店 貯金係	田端三四子	五和支店 渉外係	五和西支店 渉外係
			坂本 信介	五和支店 経済係	五和西支店 経済係
			松元喜美子	五和支店 経済係	五和西支店 経済係
			原田 豊	五和支店 経済係	五和東支店 主任貯金係
			田尻 靖子	五和支店 プラザ五和東店 主任貯金係	五和東支店 主任貯金係
			金子 哲也	五和支店 プラザ五和東店 共済係	五和東支店 共済係
			畑中トヨ子	五和支店 プラザ五和東店 渉外係	五和東支店 渉外係

理事会だより

令和4年6月18・23日、本店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。

【6月18日】
第1号議案 役員報酬について

【6月23日】
実績報告 令和4年度 5月末事業実績報告について

- 第1号議案 令和3年度 業務報告書について
- 第2号議案 給与規程の変更について
- 第3号議案 夏期賞与の支給について

報告事項

1. 自主検査(5月)結果報告について
2. 監事会規程及び監事監査規程の改正について
3. 令和3年度 資産査定検証報告について
4. JA財務モニタリングについて
5. 夏の定期貯金キャンペーンについて
6. 不祥事件経過報告について

天草郡市JA女性組織協議会 グラウンドゴルフ大会 2チーム出場

7月1日(金)、天草郡市JA女性組織協議会主催のグラウンドゴルフ大会が松島町の県立天草青年の家で開催されました。天草地区の3JAの女性組織代表7チームと組合長・会長で構成された選抜チーム1チームの合計8チームが出場し、本渡五和からは女性部の支部長と事務局で構成された2チームと梅川組合長が参加しました。

この日は県内で36℃の最高気温を記録し

た猛暑日となり大変暑い中でしたが、屋根付きグラウンドの利用と競技中はマスクを外す、休憩を多く取るなど熱中症対策に心掛けながら、元気溢れるショットやホールインワンで盛り上がりました。

令和6年4月の「JA熊本県域構想」に向け、プレーを通じて皆さんの親睦も深まったようでした。

ナイスショットで盛り上がる プレーする梅川組合長

フレッシュミズ泥んこ大会

JA本渡五和フレッシュミズは6月4日(土)、JAが食農教育のため借用している水田を利用し「親子で泥んこ大会」を開きました。

かけっこでは子ども達が泥に足を取られながら、母親が待つゴールを目指しました。母親と手をつないで走った幼児は笑顔でタッチしました。母親の皆さんによる賞品をかけたかけっこでは、日頃の運動不足をものともしない走りが見られ、子ども達は「ママがんばれ」と熱心に声援を送りました。

泥んこビーチバレーでは母親の皆さんが中心となってプレーし、夢中になってボールを取りに行った結果水田に落ち泥まみれになる参加者も。中には日頃自然と触れ合うことが少なく初めて素足で水田に入った親子もいて、カエルを探したりして泥の感触を楽しんでいました。

参加された人からは「最初怖がっていたが、後からは元気よく走り回っていた」「子ども達の楽しそうな姿が見れて良かった」との声が聞かれました。

ゴールを目指す参加者ら

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?

答え A B C D E

タテのカギ

- 1 東海道新幹線の愛称の一つ
- 3 天気予報で使う単位はヘクトパスカル
- 6 食事の——にしっかりと手を洗ったゾウガメのように水の少ない所でも暮らせる亀
- 8 綿あめの芯棒に使うこともお化け屋敷で——満点の演出を楽しんだ
- 14 胸びれを広げて滑空します
- 16 東北三大夏祭りの一つ、秋田——祭り
- 18 固体と液体を分ける方法の一つ
- 19 マンションの賃貸情報に載っています
- 20 「姿勢が悪いよ」と言われやすい体勢

ヨコのカギ

- 1 夏に咲く黄色い花
- 2 行きは良い良い——は怖い
- 3 レタスやゴボウは——科の植物です
- 4 すし屋の符丁でお茶のこと
- 5 能あるタカは隠してる?
- 7 北海道の北部にある島。昆布やウニが名産品です
- 9 停留所に止まります
- 11 漢字などの横に小さな文字で振ります
- 12 海からそよそよと——が吹いてきた
- 13 英国の通貨単位です
- 15 魚の下ごしらえをするときに取ることもあります
- 16 草を刈るときに使います
- 17 翼を持っています

JA本渡五和 FAX番号
FAX 0969-23-6298

※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。

●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

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

応募方法
必要事項をご記入のうえ、左記のいずれかの方法でご応募ください。
①官製八ガキ②FAX ③JA本渡五和ホームページ
応募締切：令和4年8月5日
（当日消印有効）
発表：令和4年8月号誌上

前回の答え アブラゼミ

6月号当選者 志柿町 E.Fさん/ 柳宇土町 S.Yさん/ 本町本 K.Tさん
本町下河内 M.Sさん/ 五和町御領 T.Yさん

「あさつゆ」では皆さんのお便りをお待ちしています。「ご意見、ご感想をお寄せください。いただいたご意見、ご感想は今後の誌面の内容充実のために活用させていただきます。」

●仕事を辞めてからボケ防止のため野菜作りにチャレンジしています。今はトマトが赤く色づきはじめ日々畑に見に行くのが楽しみです。これから先、

(柳宇土町 ーさん)

●毎日30℃越えの暑い日が続きます。午前中涼しい時間帯に除草作業しています。「脱水予防」水分の摂り方」参考にになりました。脱水、熱中症に気がつけながら過ごしたいと思っています

(下浦町 Sさん)

読者の声
みんなの暮らし
●小さな菜園で毎日雑草との戦いですが、自作のナス、ピーマン等とても美味しいです。これからも足腰の痛みに負けないように体には気をつけて生活していきたいです。

(五和町手野 Sさん)

●早速の梅雨明けで、冬物寝具の洗濯や木の剪定など忙しく動き回っています。

(下浦町 Kさん)

●キュウリ、ナス、ピーマン、オクラ、毎日わくわくしています。

(本町下河内 Sさん)

健康のはなし

今月のテーマ「歯周病と身体への影響」

歯周病とは…

歯と歯ぐきのすき間から侵入した細菌が歯肉に炎症を起こし、さらに歯を支える骨を溶かして歯をグラグラにしてしまう病気です

歯周病の原因は…

歯の周りにつく歯垢(プラーク)に含まれる細菌です

歯垢(プラーク)1mg
中になんと約2~3億の細菌がいます

歯周病は口の中だけの病気でしょうか?

…とっていませんか?

歯周病は、糖尿病・心疾患・肺炎・早産・認知症など、さまざまな全身疾患と関連していると報告されています。

答えは NO です!!

歯周病から歯を守るためには

『**プラークコントロール(歯磨きと歯間ブラシによる清掃)**』がとても大切です。

歯の磨き方ポイント

- 歯ブラシは鉛筆を持って字を書くときと同じ持ち方にする
- ※グー握りは力が強くなり、歯や歯ぐきを傷つけやすくなります
- ブラシの部分を歯に平行にあて、1本ずつ小刻みに動かしながら磨く

歯間ブラシやデンタルフロスを使うと、歯間の歯垢除去率が高くなります。

エコープマーク商品の紹介

クロスワード正解者の中から抽選で5名様

北海道十勝産小豆使用
粒あん 240g×1
北海道十勝産小豆使用
こしあん 240g×1
エコープ
かんてん(無色)×2
を5名様にプレゼント!

水ようかん

材料

粉かんてん…4g 水……………400ml
こしあん…600g

作り方

- ①鍋に水と粉かんてんを入れてかき混ぜながら火にかけ、沸騰したら火を弱めてさらに2分ほどかき混ぜ煮溶かす。
- ②こしあんを3回くらいに分けて加え、滑らかになるまで混ぜ合わせ、火を止める。
- ③粗熱をとり、容器に流し入れ冷蔵庫で冷やし固める。