

特集

女性大学第30期生卒業式
30周年を記念して盛大に



挨拶を行う湯貫組合長

2月15日(木)、ホテルアレグリアガーデンズ天草の大ホール会場において女性大学第30期生の卒業式を開催し、受講生59名が卒業を迎えられました。30周年を記念して天草市長中村五木様を始め、天草市広域本部、天草市のご来賓の方々にご出席いただき、記念講演には落語家の三遊亭遊馬師匠を迎え、盛大な開催となりました。

に参加され、多くの知識とお互いの親睦を深めてきました。記念講演の「交通安全落語」では、三遊亭遊馬師匠が道路の横断や車の運転について笑いを含めて注意を呼び掛け、会場は絶えず笑いが飛び交っていました。このほか、天草地区交通安全協会の江浦むつえさんによる「交通安全教室」が開かれ、人形を使った腹話術で交通マナーを紹介。受講生らは『楽習』で交通事故防止について学びました。卒業式では、学長の湯貫秋男組合長が「女性大学の『豊かな地域の仲間作りを目指す』という目的を再確認していただき、これまでの学習成果を発揮され、ご活躍される



終了証書授与

ことを期待しています」と祝辞を述べ、修了証書授与が行われました。これまで30年間の卒業生は延べ1,895名にのぼり、今後も「地域の活性化」へ繋がる女性らしい活動を行ってまいります。30年度(31期生)も多くの皆様の入学申込みをお待ちしております。



腹話術で交通マナーを紹介する江浦さん



卒業式の様子



交通安全を呼び掛ける三遊亭遊馬師匠



記念講演「交通安全落語」



地域の活性化

JA本渡五和女性部
リーダー学習会
開催



黒川紀世子部長
JA本渡五和女性部
は2月16日(金)、リー

ダー学習会を開催し部員74名が参加されました。

主催者として、黒川紀世子部長が「この学習会で学んだ知識を、皆さんの周りの方にも広めていただけたら、この学習会が有意義なものになります」と話され、湯貫秋男組合長は「女性の活動が地域の活性化へと繋がります。農協の施設や人材を利用していただき、お互いが協力して地域の家族の幸せ作りに邁進していきましょう」と挨拶しました。その後、当JAの田口参事より「JA自己改革について」の紹介、天草市高齢支援課の久保賢係長による「支え合う

介護保険制度」と題して研修会が行われました。学習会の最後には、JA熊本中央会地域くらし広報部の元村知恵子さんを講師に迎え、「女性部とは……JA女性部は貴女の何ですか? 一生の仲間です!」と題した講演会も行われ、「女性部で出会った仲間は一生の宝です。食と農をキーワードとして、今後も皆さんが主役となって女性部活動に取り組んでください」と話されました。



学習会の様子

平成30年産 柑橘部会生産対策大会開催



講師の横山広一氏

山中隆幸部会長

J A本渡五和果樹協議会柑橘部会は2月23日(金)、本店会議室において柑橘部会生産対策大会を開き、部会員と関係者ら約100名が出席されました。

主催者を代表し、山中隆幸部会長が「市場では数量確保のため産地の囲い込みを進めています。果樹農家としては強気で販売できるように状況になっていきますので、今後も高品質果実の生産へ向けて頑張っていきたいと思います」と挨拶。

大会では、平成30年産柑橘生産・販売方針(案)について協議し、

重点事項として①環境に優しく安全・安心を重視した果物づくり②基本管理の徹底による生産性の向上③優良品種系統への計画的な更新と早期結実技術の習得④園地基盤整備、省力化機械導入を掲げ、平成30年産の柑橘生産へ向け結束を深めました。

その後、福島中央青果卸売株式会社より常務取締役の横山広一氏を講師に迎え、「果実流通の変化と今後、産地に望む事」と題して記念講演が行われました。



柑橘部会生産対策大会の様子

小学生にレタスの収穫と出荷作業の体験学習

レタス部会長の小田豊さん(五和町御領)



出荷作業を学ぶ生徒ら

と10月の定植体験に続き、今回は収穫作業とラップがけ見学、仕分け作業についての学習が行われました。収穫作業では、学級園と小田さんのレタス畑で収穫の方法について指導され、生徒らは外葉の取り方などを学びました。その後、収穫したレタスを包装機でラップがけする様子や、形と大きさでの仕分け方、美味しいレタスの選び方など、実際にレタスを見比べながら違いを確認しました。

J A本渡五和のレタス部会会長を務める小田豊さんが2月20日(火)、五和小学校の3年生37名にレタスの収穫と出荷作業の体験学習を実施されました。小田さんは食農教育の一環として、同小学校の生徒へレタス栽培を通じた体験学習を毎年行っています。昨年9月の種蒔き

参加した生徒は「レタスのサイズがたくさんあることを知りました」、「レタスはあまり食べないけど、今日は頑張って食べてみたい」などと感想を話し、小田さんは「この体験学習を通して野菜に興味を持ってもらい、地元の野菜をたくさん食べて欲しい」と話されていました。

いつでもどこでも、みんなのJ A

知って納得JA —協同組合の力—

Q JAの組合員って何をすればいいの?

A JAの事業と活動に積極的にに関わり、元気なJAを築くことが大切です。

J Aは願い(課題やニーズ)を共有する組合員が集まって、組合員自らが事業と活動を通じて願いをかなえることを目的とする協同組合であり、組合員がJ Aの主人公です。

また、J Aの主人公である組合員は、みんなで話し合っで決めたことを実行し、組合員組織に参加して活動を活発化するなど、組合員相互の発展のために重要な役割を担っています。組合員はJ Aの運営に積極的に関わるとともに、仲間づくりに努め協同の輪を広げましょう。

J Aグループでは第27回JA全国大会でアクティブ・メンバーシップの運動を決議しました。組合員が元気な主人公となることで、より元気なJAを築きましょう。

(監修=広島大学 助教 小林)



JA本渡五和の自己改革へ向けた取り組み その⑦

営農経済渉外員T A C活動を開始

J A本渡五和では平成29年4月より、営農経済部営農課にT A C職員を配置し活動を開始しました。

T A Cとは5年後、10年後の地域農業を担っていく農業経営者・営農組織である「地域農業の担い手農家」に日々出向き、その担い手農家からの声・要望を収集してJ Aに繋ぎ、反映させることにより、担い手農家の所得向上とJ A事業の改善・拡大に取り組むJ A担当者のことを言います。当組合では営農課の山下清弥職員が担当者となり、担い手農家へ出向きJ Aとの架け橋となっています。「①とことん、②会って、③コミュニケーション」というキャッチコピーのもと、信頼され親しみやすいJ Aづくりを目指しておりますので、ご意見・ご要望など、お気軽にご相談ください。

T A Cの役割

- ①地域農業の担い手に訪問して、ご意見・ご要望に誠実にお応えします。
- ②地域農業の担い手の経営に役立つ各種情報をお届けします。
- ③地域農業の担い手からのご意見を持ち帰り、J Aの業務改善につなげます。

※T A C(Team for Agricultural Coordination=地域農業をコーディネートする)



麦の生育について相談を受ける山下職員(左)

3月の水田農業関連情報

(本渡五和営農推進協議会作物部会より)

まもなく早期水稻の田植えの時期です。基本技術を励行し、実りの多い夏を迎えられるようにしましょう。

○田植え

- 「コシヒカリ」の適期は4月5日～15日です。
- 植え付け本数は55～60株／坪程度を標準とします。一株の苗数は3～5本が標準です。苗数が多すぎると過繁茂の原因となり、倒伏や病害虫が発生しやすくなりますので注意しましょう。
- 植え付けの深さは活着や分けつ等に大きく影響しますので2cmを目安とします。

○水管理

- 新しい根が出るまでは、暖かい日中は浅水にしますが、朝晩は低温から守るために深水にしましょう。ただし、ジャンボタニシの被害が見られるところでは食害を防ぐために浅水にしましょう。
 - 活着後は浅水管理で分けつの促進に努めましょう。
- ※除草剤はJAの栽培暦に基づいて散布し、その後は掛け流しをせずに7日間水を溜めてください。



畜産

■空胎防除…4月16日(月)予定

本渡・五和地区

※変更となる場合があります。

■子牛セリ市…5月17日(木)

■成牛セリ市…5月子牛セリ後に実施。

異常産注射・子牛注射のお知らせ

毎年4月・5月に実施しております異常産注射の案内文書を送付しておりますが、まだ未提出の方がいますので、早急に提出をお願いします。

なお日程表につきましては以下の通り、予定しています。(詳細は後日連絡します。)

○本渡地区注射日程〈子牛・異常産注射〉

4月16日(月) 本渡北、本町、下浦

4月17日(火) 戸宇土、宮地岳

4月18日(水) 亀場、楠浦、本渡南

○五和地区注射日程〈子牛注射〉

4月中旬 五和西管内

4月中旬 五和東管内

○五和地区異常産注射日程〈親牛注射〉

4月中旬 大型農家

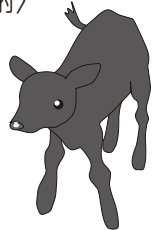
4月中旬 五和西管内

4月中旬 五和東管内

○5月異常産注射行程

5月中旬 五和

5月中旬 本渡



営農情報

〔バレイショ〕

- 葉面散布…クロロゲン青、メリット青の500倍液を3月下旬より収穫7日前まで5～6日ごとに実施し枝葉の拡大を図る。

- エキ病防除(予防散布の徹底)…リドミルMZ水和500～750倍を収穫7日前まで3回程防除する。

- マルチ栽培管理…芽が出て葉が開き始めたら2～3本くらいに芽かきをする。

〔インゲン〕

- ハウス栽培管理

開花期以降は高温による落花(果)が著しいので、30℃以上にならないように換気を行う。

- 誘引…倒伏防止のため早めにテープ等で行う

- かん水…土壌水分を見て定期的に行う(液肥かん水は500倍)

- 追肥…開花を始めたなら適宜行う

野菜

(S646号、アサヒエース)

- トンネル栽培

- 間引…健全なものを1本残し早めに切断する
- 土寄せ…本葉3～4枚になったら土寄せを行う

- 病害虫防除

- キンカク病、灰色カビ病
- セイビアーフロアブル1,000～1,500倍

前日／3回

- アブラムシ

- モスピラン水溶剤2,000倍～4,000倍
- 前日／3回

- スリップス…アファーム乳2,000倍

- ハモグリバエ…前日／2回

〔オクラ、シシトウ〕

圃場準備は地温確保のため、播種・定植の2週間前には済ませておいてください。

作物

〔早期水稻〕

- 健苗づくり(早期水稻箱苗の作り方参照) 苗令2葉、草丈15～20cmの丈夫な苗を作る。
- 病害虫防除(育苗箱の上から均一に散布) 移植3日前から当日にデジタルコラトップアクタラ粒剤を1箱当り50g施用し田植する。(長期間薬効が持続します)
- 除草剤(使用後7日間は5cm程の水深を保つ)
 - サラブレッドKA11k粒剤、10a当り1kg 田植直後8日(ノビエ3葉期まで)
 - サラブレッドKA1フロアブル、10a当り500ml 田植直後8日(ノビエ3葉期まで)
 - ウィナーLジャンボ、10a当り10パック 田植直後～10日(ノビエ2.5葉期まで)、ぬれた手でさわらない。

- ヤイバ豆つぶ…10aあたり250g

田植後3～10日(ノビエ2.5葉期まで)

- 初期生育促進(コシヒカリ)…早く活着させ分けつを促すため、元肥に硫酸を10a当り5kg施用する。

〔甘藷〕

種いも、苗の消毒を行い、品質の良い甘藷を生産しましょう。

- 伏せ込み前(種いも) ベンレート水和剤の粉衣(種いも重量の0.4%)
- 植付前(苗の基部10cm位) ベンレート水和剤500～1,000倍液に30分間苗基部浸漬

お願い

※JAに苗を委託された方は田植後、育苗箱を洗浄のうえ、すみやかに支店まで返却くださいますようお願いいたします。

営農組織だより

JA本渡五和営農組織連絡協議会 農機研修会開催

JA本渡五和営農組織連絡協議会は3月1日(木)、本渡山口の里事務所において農機研修会を開き、営農組織関係者21名が参加されました。

研修会では、農機メーカのクボタアグリサービス(株)を招き、担当者よりトラクターの点検整備についての説明が行われました。参加者らは、オイル交換やファンベルトの調整などの作業方法と整備時の注意事項を再確認し、安全対策への意識を高めました。同協議会の鬼塚猛清会長は「農作業が忙しい時期は事故も多くなります。各自で安全対策を確認して事故防止に努めてください」と作業の安全を呼び掛けました。研修会後には、若手オペレータの育成を目的として、畔塗り実演勉強会も行われました。



トラクターの点検整備の説明を受ける参加者

今月の収穫だより

ジューシーオレンジ (河内晩柑) 出荷始まる

3月6日(火)からジューシーオレンジの出荷が始まりました。

今年産は、梅雨時期に雨が少なかった影響を受け、小玉傾向でMサイズが中心となっていますが、品質は良く、数量も例年並みとなっており順調なスタートを切りました。選果場では外観や食味などを入念に確認し、主に名古屋や関東方面へ出荷。夏井販売主任は「外観も良く、瑞々しくて爽やかな味わいに仕上がっています」と話していました。

出荷は6月末まで続き、目標出荷量700tを計画しています。グリーントップ本渡や天草とれたて市場でも販売を開始しており、当組合ホームページからもご注文いただけます。



選果作業の様子

平成29年産玄米の最終単価のお知らせ

■早期玄米と普通期玄米の最終清算金額につきまして、米共同計算委員会で協議が行われ、1袋(30kg)当たり早期玄米276円、普通期玄米533円となりました。概算払い金額及び最終単価は以下の通りです。

○早期玄米(コシヒカリ) 1袋(30kg)当たり					○普通期玄米(ヒノヒカリ) 1袋(30kg)当たり				
	1等	2等	3等	規格外		1等	2等	3等	規格外
概算払い金額	6,500円	6,170円	5,660円	4,880円	概算払い金額	6,420円	6,120円	5,620円	4,870円
最終単価	6,776円	6,446円	5,936円	5,156円	最終単価	6,953円	6,653円	6,153円	5,403円

※最終清算金は平成29年12月8日に清算済みです。

※最終清算金は平成30年3月9日に清算済みです。

農業者年金で 生涯所得の確保を!

- あなたの老後生活への備えは十分ですか?
- 年金は家族一人ひとりについて準備することが大切です。
- 老後の備えは国民年金プラス農業者年金が基本です。

国民年金
細い手積み立年金



農業者年金の特徴

1 農業に従事されている方は誰でも加入できます

60歳未満の国民年金第1号被保険者(国民年金保険料納付免除者を除く。)であって年間60日以上農業に従事している方は誰でも加入できます。配偶者や後継者など家族農業従事者の方も加入できます。

家族一人ひとりの年金を! 今、女性の新規加入者が増えています

2 保険料は自分で選べ、いつでも見直しできます

自分が必要とする年金額の目標に向けて、保険料を自由に決められ(月額2万~6万7千円の間で千円単位)、経営の状況や老後設計に応じていつでも見直せます。

3 税制面で大きな優遇措置があります

- 支払った保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税が節税になります(支払った保険料の15%~30%程度が節税)。
- 農業者年金基金が保険料を運用して得られる収益(保険料の運用益)は非課税です。
- 将来受け取る農業者年金には、公的年金等控除が適用されます。(65歳以上の方は公的年金などの合計額が120万円までの場合は、全額控除できます。)

つまり入口から出口まで税制上の優遇措置があります

まだまだ他にも特徴があります

JAとの取引はこれからという方もお気軽にお問合せください。 年金相談員直通: 080-1546-6270 (若松)

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

平成30年2月26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29年度1月末事業実績について
- 第1号議案 法人団体借入申込みについて
- 第2号議案 外部出資の処分について
- 第3号議案 丸善興産株式会社の取締役及び監査役の交代(案)について

報告事項

1. 平成29年度上半期監事監査処理てん末報告について
2. 反社会的勢力(C C S 照会)の定期確認結果について
3. J A 貯金「地産地消応援キャンペーン2017」実績報告について
4. 冷凍米飯愛食運動について

水田作業の必需品! クミアイ軽快田植え長靴

動きやすさ重視の一品!

履き口が絞ってあり
泥や水が入りにくい

軽い!やわらかい!
動きやすい!
田植え長靴人気 No.1!!

軽快先丸 1.4 (YC-21)
サイズ 22.5~28.0cm

お問い合わせは、本店経済課または各支店まで

イノシシから農作物を守りましょう



侵入防止柵は正しく設置し、正しく管理しましょう。

1 侵入防止柵設置の最大のポイント

イノシシ達が柵内の作物を、柵ごしに食べることができると、「柵があるところには餌がある」と学習し、せっかくの柵が、餌づけのための柵となってしまいます。また、通電していない電気柵やスキマのある柵、農地をコの字に囲った柵も、餌づけのための柵となります。注意しましょう。

2 電気柵の設置ポイント

イノシシは、鼻先以外ほとんど電気ショックが効きません。イノシシの鼻の高さ(目安は地表から20cm)に線を張りましょう。確実なアースや草刈りによって漏電を防止し、一日中通電するようにしましょう。

3 金網柵の設置ポイント

イノシシは鼻やキバで物を持ち上げます。柵が持ち上がらないように、網の横線や出っ張りのある部分は、柵の内側になるようにし、支柱はしっかり打ち込みましょう。

電気柵の設置及び管理の要点

1 電気柵の特徴

電気柵は、イノシシに感電による電気ショックを与え追い払い農作物を守るシステムです。電気ショックによる痛みで、柵は危険と学習させる心理柵です。最初が肝心なので24時間通電することが重要です。

また、除草など維持管理を怠ると漏電により電圧低下し、侵入されることになります。

2 電気柵の設置

- アースの設置…効果の決め手はアースです。正しく取り付けましょう(湿り気のある所に、アース棒を全て埋めます)。
- 柵の高さ…感電しやすい鼻先に当たりやすいように、最下線を地面から15~20cmの高さに、その上に15~20cm間隔で、2段から3段張ります。
- ガイシ(電線と支柱をつなぐ絶縁体)は、電線が外れにくくするため、ほ場の外側を向くように取り付けます。

電気柵の管理

- 毎週、アースつきの電圧テスターで電圧(5,000V以上)を確認しましょう。電圧が下がっている場合は、雑草が電線に触れる等で漏電していないか確認を行います。問題ない場合は、電源を交換して再度確認しましょう。
- 漏電防止のため電線の下草刈りを適度に行い、電線の切断や支柱のずれがないか、定期的に確認します。
- イノシシはもともと昼行性の動物です。夜だけの通電ではなく、昼夜通電させましょう(最初が肝心です。通電していない時に侵入したイノシシは、通電しても侵入します)。
- 栽培終了後に電気柵を撤去しない場合、通電しないと電線を切られるおそれがあるため、常時通電させておきます。

加工原料タケノコ(缶詰用)出荷しませんか

初めての方も
歓迎

- 期 間 平成30年4月上旬~4月下旬(予定)
- 集荷場所 本渡北集荷所
- 出荷規格

- 根切りは出荷日当日に行い軽く包丁で水平に切る
- 必ず下部にイボを二段つける
- 規格毎に重量を量りコンテナで出荷する
- ※コンテナはこちらで用意します。出荷日程、集荷時間など不明な点があれば、お問い合わせください。

選別基準

規格	重さ	長さ
小	100g以上1kg以下	10cm以上26cm以下
中	1.8kg以下	33cm以下
大	3kg以下	40cm以下
特大	3kg以上	50cm以下

お問い合わせ 本店営農課 ☎23-2231

お茶工場操業について



今年もお茶の摘み取りが近くなってまいりました。生育状況に応じて各工場操業を開始していきますが、4月中旬以降を現在予定しております。

操業日等のお問い合わせは本店営農課にご連絡ください。品質向上のため、適宜摘み取りはもちろんですが、安全安心なお茶製品づくりにご協力ください。

(操業日等のお問い合わせ)

●本店 営農課 ☎23-2231

(各工場の連絡先)

●本町工場 旧本町支所 ☎23-3535

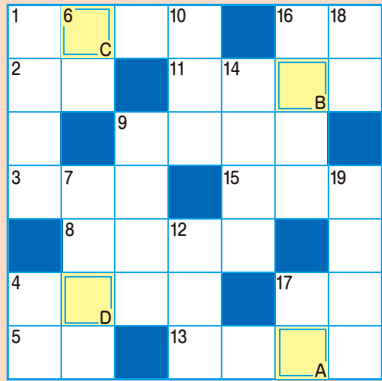
●五和工場(城河原) ☎34-0963



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～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



答え A B C D

タテのカギ

- 1 稲の種をまいて育てる場所
- 4 ミツバやバクチャーは——科の植物です
- 6 進物に付けます
- 7 煮ても生でもおもしろい野菜
- 9 寒冷の反対語
- 10 この箱の——は何か当ててみて！
- 12 給与から税金や社会保険料などを引いた残り
- 14 日本で作った物のこと
- 16 床の間に飾る物の一つ
- 17 かまぼこの土台になります
- 18 ——は身を助ける
- 19 工事が終わって建築物が出来上がること

ヨコのカギ

- 1 春の野に咲く黄色い花
- 2 タカに似た大きな鳥
- 3 『考える人』を作った彫刻家
- 4 試合中のボクサーに指示を出したり手当をした人
- 5 肥料の三要素は窒素、——酸、カリウムです
- 8 足の速い人のこと。神様の名前です
- 9 神社や寺で引きます
- 11 went は goの——です
- 13 映像が——的に見える3D映画
- 15 春の山を薄いピンク色に染める花
- 16 光が当たると反対側にできます
- 17 旧国名の一つ。現在の三重県の大部分

※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
熊本県天草市南新町9-22
J A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ヤ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、左記の要領でご応募ください。
応募締切：平成30年4月5日
発表：平成30年4月号誌上
(当日消印有効)



前回の答え ネ コ ヤ ナ ギ

2月号当選者 本渡町本戸馬場 Yさん 小松原町 Tさん 志柿町 Mさん
五和町城河原 Tさん 下浦町 Mさん

今月の顔

本渡町本戸馬場
小嶋 一穂さん(26歳)



就農して2年目になります。私と両親の3人家族で、私1人でほうれん草14aとオクラ5aを栽培しています。「安心・安全で美味しい野菜を第一に考えて生産しています。これからも勉強を重ねて栽培技術を向上させていきたいと思っています。」



読者の声
● 若いご夫婦で子育てしながら農業に取り組んでおられる姿にエールを送ります。頑張ってください！
(小松原町Fさん)
● 健康一番ですね。インフルエンザに感染しないように大衆の場ではマスクを着用し、手洗い・うがいで予防しています。肺炎になったら大変ですからね。
(下浦町Oさん)
● 今年に入ってから天候のせいで野菜の生育が悪く、値段が高くて家計を圧迫しています。早く正常に戻って欲しいです。
(下浦町Mさん)

● 息子夫婦、孫との同居です。くわで耕して、いろいろな野菜を作っています。若い人は作らなくてもいいと言いますが、私にとっても作る楽しみは、何ものにもかえがたいです。だから野菜作りは絶対やめられないです。たくさん作り、近所へのおすそ分けも喜ばれて嬉しいです。
(五和町Tさん)
● 介護保険証が届き、こんな歳になつたのかと少しショック!!でも歳には負けません。これからを楽しみます！
(志柿町Mさん)
※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。

ひろば！



健康のはなし

今月のテーマ「歯とお口の健康」

お口の役割と健康

お口の健康を保つことで、糖尿病や動脈硬化、肺炎・インフルエンザの予防になるといわれています。また、よく噛むことは、唾液の分泌量を増やし、歯周病や虫歯の予防、肥満予防につながり、さらに脳を刺激することで認知症予防になります。

お口のトラブル

虫歯や歯周病などは、初期に自覚症状がないことから、放置している人も多いかもしれません。他にも不正咬合、顎関節症、ドライマウス、口臭や味覚障害など、お口のトラブルには様々なものがあります。

お口のを健康に保つためには？

毎日の歯磨きに加え、日頃からのちょっとした心がけで、予防につながることがあります！

例えば

- ①食事の時間を決める。
- ②鼻呼吸をする。

など…

- ①食事をダラダラ食べていると、虫歯の原因にもなります。
 - ②口呼吸をすることで口が乾き、唾液の洗浄作用の低下、虫歯の原因にもなり、あごの発達や歯並びが悪くなるといわれています。
- 鼻呼吸を意識しましょう。

自分の歯でよく噛み、しっかり飲み込むことで充実した日々も送れます。今回は「頬の筋肉を鍛える、パタカラ発声」も紹介します。

また、年1～2回の歯科検診は、健康寿命の延伸にもつながります。皆様も日々の中で少しの時間、お口のことを意識してみてくださいませんか？

唇・舌・のどを鍛える！

パタカラ発声

●「パ・タ・カ・ラ」の発音は、舌や唇を動かす速さや巧みさ、頬の筋肉を鍛え、飲み込みがよくなります。

「パパパ、タタタ、カカカ、ラララ」、
「パタカラ、パタカラ、パタカラ」と

できるだけはっきりと大きな声で繰り返し発声します。
※慣れてきたら、できるだけ早く発声してみましょう！



エーコープマーク商品の紹介



エーコープ ババロアの素 (抹茶、ヨーグルト味、いちご味)
抹茶 75g×3袋 650円(税込)
ヨーグルト味 75g×3袋 590円(税込)
いちご味

材料(1Lの牛乳パック型1個分)
ババロアの素(抹茶、ヨーグルト味、いちご味) ……各1/2袋
牛乳 ……300ml
エーコープババロアの素を使って
ひし餅ババロア

牛乳パック型の作り方
牛乳パックは注ぎ口を開き、側面を一面切り取る。開いた注ぎ口をホチキスとセロハンテープなどでしっかりと閉じて、完成。ババロアを外しやすくして便利。
作り方
①ボウルに熱湯50mlを入れてババロアの素(抹茶)を加え、混ぜて溶かす。冷たい牛乳100mlを加え、泡だてすぎないように注意しながら、泡だて器で1分ほど混ぜる。
②牛乳パック型に流し入れ、冷蔵庫で30分ほど冷やし固める。
③①と同様にババロアの素(ヨーグルト味)を溶かして牛乳を混ぜ、②にゆっくり流し入れて冷蔵庫で30分ほど冷やし固める。
④①と同様にババロアの素(いちご味)を溶かして牛乳を混ぜ、③にゆっくり流し入れて冷蔵庫で1時間ほど冷やし固める。
⑤型の四隅を切ってそっと開き、型の上でひし形に切って器にのせる。

「JA貯金地産地消応援キャンペーン2017」抽選会実施

3月7日(水)に当JA本店において、昨年11月15日から今年1月31日まで実施された『JA貯金地産地消応援キャンペーン2017』の特典抽選会を行いました。湯貫組合長、関係役職員立ち会いのもと、多数のキャンペーン対象者の中から、県下特典18名と当JA特典30名の抽選が厳正に行われました。県下特典当選者へは、JA直売所等で使える全国農協商品券3000円分、当JA特典当選者へは同商品券2000円分が後日配布されました。キャンペーン実施に伴い、ご契約頂きました皆様、誠にありがとうございました。



あさつゆ

JA本渡五和だより

No.305

3

平成30年3月17日号

特集

女性大学30期生卒業式



次代へつなぐ農業人

本渡町本戸馬場 小嶋 一穂さん

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

グリーントップ本渡 天草市八幡町1番26号 営業時間
TEL0969-24-1516 AM8:30~PM7:00

21周年記念感謝祭

4/13日▶15日
の3日間

野菜
果物
店頭にて大奉仕!!

ふれあいコーナーより

予告
1

期間中、毎日先着300名様へ

粗品プレゼント!

予告
2

生本まぐろ

切り立て新鮮!
大特価販売!
試食あり

4/15(日)
午前10:00より

解体即売会!!

お知らせ

大変ご迷惑をおかけいたします。
グリーントップ・くるもんは、
決算棚卸のため3月31日
お休みします。



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



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
4月16日(月) 定休日

編集後記
3月に入り、ひと雨ごとに春の近づきを感じ、るようになってきました。これからの季節、お花見などが待ち遠しい方も多いのではないのでしょうか。
今年の熊本県の桜開花予報は、開花日が3月19日、満開日は3月26日頃となっているようです。見頃としては3月24日から3月末ということでした。熊本城はソメイヨシノやヤマザクラ、ヒコザクラなど約800本の桜が植えられ、3月下旬から4月上旬が見頃の様子です。私も家族で花見に行き、家族サービスをして点数稼ぎをしておきたいと思えます。
(中浦友仁)

協同組合は人と人との結びつきの組織

