

# JA-プレス やつしろ



2024 January

1

Vol. 338



- p 2-3 新年挨拶
- p 4 年男・年女
- p 5 デコポン出荷開始
- p 6 青壮年組織発表
- p 7 宮原女性部多肉植物植
- p 8-10 営農情報

JAやつしろのイベントや  
お得な情報をお届けします。

LINE  
公式アカウント



耕そう、大地と地域の未来。

JAやつしろ



代表理事組合長

山任 昭二



組合員の皆さま、謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

今年の干支は、「甲辰(きのえ・たつ)」です。辰とは竜のことですが、十二支では唯一、空想上の生き物です。古代中国では、多くの王朝で竜は皇帝の権威の象徴で、民衆が崇めたてまつり、当時は実在する生き物以上の存在だったそうです。

昨年は、ウクライナ情勢や

急激な円安により、肥料・資料・燃料などの管農に必要な可欠な資材価格は高騰し、高止まりが続いており、まさに生産現場は正念場となっております。

私たちがJAグループでは、「食料・農業・農村基本法」の改正による再生産に配慮した適正な価格形成の仕組みづくりに尽力しています。更には、「国消国産」の重要性の情報発信に取組み、「食」を生み出す「農」の実態を理解していただけることが重要だと思っております。

今年3月には、金沢・敦賀間の新幹線が開業し、7月にはパリオリンピック競技大会、10月には佐賀県で国民スポーツ大会と大きなイベントが開催されます。

また、6月に新八代駅前に待望の「新本所」が竣工します。役職員一同新たな未来に向かって一層努力して参ります。

竜が水や雲、翼を得るように、持てる力を存分に発揮して、飛躍する一年にしたいと思っております。

結びに、本年が皆様にとつて活気あふれ、実りあふれた素晴らしい一年でありますことを心からお祈り申し上げます。



理事・監事一同

女性部長 喜多川 容紫子



新年あけましておめでとうございます。皆さまにおかれましては、輝かしい新年を迎えられました事を、心よりお慶び申し上げます。日頃より女性部活動に對しまして、組合員の皆さまには、ご理解とご協力を頂き深くお礼申し上げます。

令和6年度は、JA女性部組織3カ年計画「JA女性 想いを一つに かなえよう」の実践3年目になります。3つの重点実施事項(目標)「つながろう」「まもろう」「かかわろう」を掲げ、様々な活動を展開しています。近年は、自然災害も多く被災地支援の一つとして液体ナチュールを購入し、売上の一部を寄付しました。皆様のご賛同ご協力により、JA女性部として迅速に支援金の活用が出来ているのも大きな組織の力です。

また、今年、JA熊本県女性組織協議会の設立70周年！これまで先人から得た経験や知識を生かし、仲間との絆を深めながら、地域に根差した活動を行っていききたいと思っております。昨今、地域紛争や気候変動などで、食や農をめぐる情勢は大きな変化があり、食農にかかわる活動を柱としている女性部としては、多くの課題もありますが、女性の考え・感性を大切に活動の輪を一步一歩進めて参りたいと思っております。

最後に、今年も私達女性部活動への更なるご支援とご指導を賜わり、ご理解を頂けます事を切にお願い申し上げます。

青壮年部長 橋本 修



盟友はじめ各関係各位のご理解とご協力により、部長として一年目の新年を迎える事ができました。

昨年は、新型コロナウイルスが5類に移行し、水際対策が大幅に緩和されて以降、訪日外国人旅行者数が、円安を追い風にコロナ禍以前の状態へと回復傾向にある等、明るい話題がある一方、ロシアによるウクライナ侵攻の長期化に加え、イスラエルとパレスチナ間の大規模な武力衝突による世界的な物価高騰等、世界中での様々な問題の影響を、日々生活していく上で、特に身近に実感した年であったと思います。しかし、我々農業者は、日本の「食」を担う重要な立場であり、このような状況だからこそ、英知と行動力を結集し、強い農業を展開していかなければなりません。

新たな年が始まり、様々な問題や課題が山積している中で、我々青壮年部としての立場・役割は、今後より一層重要になってくると考えています。

青壮年部では、協同の力を最大限に発揮し、後継者が安心して農業ができる環境の構築を目指し、全国の盟友と連携し、人間の「いのちと暮らし」の源である「食」と「農」の持つ価値を高め、農業者と消費者双方の視点を併せ持った責任ある政策提言を引き続き国に働きかけてまいります。

最後になりますが、本年も若い力と情熱を持って、共に学び、共に成長し、地域社会に貢献する一年とし、新たなアイデアを模索しながら、結束し、地域農業を今まで以上に少しずつでも前へ進める活動を盟友と共に行ってまいります。

JAやつしろは、

一・ 農業者の所得増大に向けた販売力強化の実践とデジタル化の普及(スマート農業等)を推進し、販売体制の効率化・合理化に取り組みます。また、営農指導力の強化を図り、多様な担い手の育成・確保と環境に配慮した農業への対応を支援し、農業生産力強化に取り組みます。

二・ 各部会、青壮年部、女性部の組織活動や組合員、地域住民を対象とした活動など組合員および地域とJAを結びつける活動を、支所を拠点として実践します。さらに、「食育活動」を行政・学校・組合員組織と一体的に実施します。

三・ 正・准組合員の加入促進による組織の拡充と地域活性化のため、「対話」を通して参加者の意思反映を図ります。また、各事業の業務効率化に努め、財務基盤の安定化と経営の健全性を確保するために、部門間で連携し、より強固な経営体制を確立します。

JAやつしろ活動総合3ヶ年計画「中・長期ビジョン」より

今年も実り豊かな一年である事を願い、皆様方のご健勝を、心より祈願致します。

代表理事	組合長	山住 昭二
副組合長	梅田 文夫	
専務	濱田 哲治	
代表監事	清田 主税	
常勤監事	稲原 康知	
理事	木村 晴子	上村 清之
	本田 正剛	吉川 一壽
	白石 節夫	高田 克昭
	福田 誠喜	深川 良次
	千代永 博昭	中田 浩司
	草野 雄二	森崎 正勝
	杉山 秀治	寺田 浩
	江崎 和宏	奥田 衛
	増田 広作	陳野 浩明
	堀井 隆雄	村上 浩
	林田 真一	作田 絹子
	本島 碩哉	澤村 雅代
	下永 辰也	
監事	植田 輝幸	管理・金融・共済 担当 参事
	宮崎 英博	庄村 俊治
	森野 利明	
	片山 一哉	経済担当 参事
	前田 昭雄	山本 久生



# 龍年生まれ



# 年男・年女 今年の抱負



生年月日  
昭和39年  
5月20日

地区  
郡築

**か**  
ひとこと  
還暦の年です。  
龍のごとく前  
向きで!!

きたがわ よしこ  
**喜多川容紫子**さん

生年月日  
昭和27年  
1月15日

地区  
松高

**ん**  
ひとこと  
運良く、6回目の  
年女。結婚51年  
目を迎えること  
ができました。

しもぎき ようこ  
**下崎 洋子**さん

生年月日  
昭和27年  
2月18日

地区  
東陽

**し**  
ひとこと  
社会奉仕、地域貢  
献健康に留意した  
身体づくりをモッ  
トーに頑張ります。

おくむら えいこ  
**奥村 英子**さん

生年月日  
昭和39年  
1月18日

地区  
宮原

**や**  
ひとこと  
やっぱり健康が1  
番!!マイペースで  
生きていきます。

なみおか しずこ  
**濤岡 静子**さん



生年月日  
昭和39年3月9日

地区  
郡築

ひとこと  
60歳!!人生これから頑  
張ります!

なかがわ こうのすけ  
**中川 幸之助**さん



生年月日  
平成24年5月21日

地区  
郡築

ひとこと  
剣道一直線、幸せ一杯、  
夢一杯、目指すは日本  
一!!

なかがわ ゆうき  
**中川 裕揮**さん



生年月日  
昭和63年  
5月25日

地区  
植柳

ひとこと  
利用者さんに沢山笑顔になっ  
てもらえるように頑張ります。

なかがわ ちか  
**中川 愛**さん



生年月日  
平成12年  
2月11日

地区  
植柳

ひとこと  
4月で入組  
して3年目にな  
ります。果  
樹を担当しているので指導員として頼られる  
存在になれるよう、農家さんや上司にご指導を  
頂きながら日々成長していきたいと思ひます。

こやぶ あきと  
**小藪 明冬**さん



生年月日  
平成12年  
8月6日

地区  
東陽

ひとこと  
今年はもっと組合員さんと話  
して、仲良くなれるように頑張  
ります。

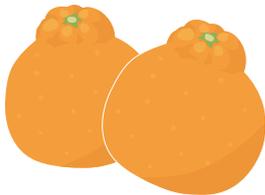
ふじおか くるみ  
**藤岡 來未**さん

## 240トン出荷 デコポン初選果

11月28日、吉野果実選果場ではデコポンの出荷が始まりました。選果場では、1玉ずつ糖度、酸度を光センサーで測定し、選果を行い、基準に合った果実が出荷されます。

氷川柑橘部会の久保田時雄部会長は「夏の高温対策に加え、秋の水管理など苦労もあるが、やはり収穫は嬉しい。果実の品質を見極めて適期収穫に努めたい」と話し、野菜・果樹・特産課の椎哲也職員は「生産者が高品質な果実生産に努力されたことで、順調な出荷を迎えることができた。より多くの消費者に味わってほしい」と話しました。

加温、屋根掛け、露地物と出荷が4月まで続き、全体で約240トンの出荷を計画しています。



選果の様子



箱詰め前のデコポン

## 販売力アップで選ばれる産地へ！ カリフラワー集約出荷開始



JAやつしろは、カリフラワーの販売力強化のため管内5つの野菜部会の出荷を集約し出荷を始めました。

これまで、中央野菜部会、鏡野菜部会、郡築野菜部会、竜北葉根菜部会、北新地野菜部会の5部会がそれぞれで出荷していましたが、ロットを増やすことでシーズンを通して切れ目なく出荷できるようになります。11月中旬には全部会が総合青果物センターで、カリフラワーの均質化を目的に出荷査定会を行いました。

中央総合営農センターの吉野慎哉職員は「カリフラワーの栽培面積は増加しているが、部会ごとに市場に出荷していたので安定的に送ることができなかった。集約による切れ目無い出荷と安定した品質で市場評価も上がる。今後も選ばれる産地を目指してJAと生産者一体となり努力したい」と話しました。

JAやつしろでは、55戸54ヘクタールが栽培されており、10月上旬から5月中旬まで約1050トンの出荷を計画しています。



出荷査定会で説明を聞く部会のみなさん

## 生産量日本一!!



## 「はちべえトマト」出荷順調

JAやつしろでは、日本一の出荷量を誇るブランド「はちべえトマト」の出荷が始まり、管内4か所の選果場で順調に出荷が行われています。

12月4日、中央トマト選果場に約20トンが持ち込まれ、約5000ケース(4キロ箱)が関東や関西の市場へ出荷されました。年内は、11月下旬から12月上旬にかけてピークを迎え、総出荷量約2万1000トンを出荷する見込みです。



一つ一つ丁寧に箱詰めされる様子

トマト選果場利用組合の東家誠也組合長は、「出荷初期は高単価でのスタートとなったが、今後も継続した販売環境の維持、例年並みの出荷数量を目指したい」と話されました。

営農部施設園芸課の佐々木勉職員は、「経済活動の再開と、外国人インバウンドなどの影響で外食向けの出荷が順調となっている。市場関係と情報を取り合い、積極的に販売を行っていきたい」と話しました。

## 松本裕毅さん 全国切符獲得!! 青壮年組織発表で最優秀賞受賞

12月6日、鹿児島市でJA九州沖縄地区青年大会が開かれ、熊本県を代表して組織活動発表した郡築総支部の松本裕毅さんが最優秀賞に選ばれました。

部員数が減る問題点を明確化し、ロードマップを作成。12支部を6支部に再編成した取組みを発表されました。

松本裕毅さんは「青壮年部はJAの組織というだけでなく、郡築町の人づくりの中心です。これまで部員が築き上げてきた青壮年部は、若い部員に成長できる場所だと言うことを行動で示していきたい。全国大会でも受け継いできた熱い心を全国の場でも伝えたい」と話されました。

松本裕毅さんは2月のJA全国青年大会に地区代表として出場されます。



受賞後、来訪された郡築青壮年部の皆さん(松本さん右から2人目)



牡羊座  
3/21~4/19

♥全体運♥ ピンチが接近中です。警戒を怠らないで。いつもより慎重に行動することで危険を減らせます。下旬からは上昇運  
♥健康運♥ 体を冷やさないように。特に腰はしっかりケアを  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ シュンギク



# 宮原女性部



## 「多肉植物寄せ植え体験」で親睦を深める

11月10日、JAやつしろ女性部宮原支部は、北部営農センターで多肉植物の寄せ植えを行いました。

この日は、11名の女性部の皆さんが参加され、「楽しく、自由に」をテーマに松岡慎也さん、優衣香さんご夫婦の指導のもと、作業を楽しめました。

瀧岡静子部長は、「多肉植物を我が子のように愛情たっぷり育てているご夫婦の姿に感動しました。女性部員の興味深い質問に熱心に丁寧に指導して頂き、個々に愛らしい寄せ植えが完成しました」と話しました。

この取り組みは、JAやつしろ女性部宮原支部では初めて行い、完成した多肉植物はそれぞれの家で観賞したり、植物を増やしたりして楽しめます。



松岡さんご夫婦と宮原女性部のみなさん



一人一人のカラーを出して完成した多肉植物

## 元気一杯!!笑顔でプレー!!

### JAやつしろ年金友の会鏡支部

### ゲートボール・グラウンドゴルフ大会

11月27日、鏡総合グラウンドでJAやつしろ年金友の会鏡支部ゲートボール・グラウンドゴルフ大会を会員の親善を目的に開催しました。

参加した会員の皆さんは元気一杯に最後までプレーされました。

#### グラウンドゴルフの部

##### 男性

優勝 松岡 建昭さん  
準優勝 東 康展さん  
3位 古島 義弘さん

##### 女性

優勝 生田 成子さん  
準優勝 山本テル子さん  
3位 扇崎多恵子さん

#### ゲートボールの部

優勝 上鏡チーム  
準優勝 宝出チーム  
3位 津口チーム



表彰の様子



楽しくプレーされる様子

## 育てたお芋を夢中で収穫

### 食育活動で地元小学生と「いも掘り」体験

11月2日、松高地区の女性部と青壮年で松高小学校の5年生と恒例のいも掘り体験を行いました。

松高青壮年部長の作田賢悟さんは「今年は豊作で、サツマイモが大きく育っていました。子どもたちが楽しんでくれてよかったです」と話しました。

いも掘りを体験した児童は、「たくさん取れて嬉しかった」や「食べるのが楽しみ」など笑顔で話しました。今年は天候もよく、サツマイモが大きく育っていて、小学生たちは大喜びでした。

この取り組みは、食育の一環として行っている行事で、6月に苗を植えるところから収穫まで一緒にを行います。



いも掘りを一生懸命行う児童



## トマト・ミニトマト今後の管理

### 【厳寒期の管理】

厳寒期のトマトの生育は、日射量の減少、気温の低下によって栄養成長に偏りがちとなります。トマトの長期多段どり栽培の良作のポイントは、如何に栄養・生殖の生育バランスをより良く保つかが重要です。また、この時期に生殖成長に偏りがちのほ場は、管理作業の遅れなど基本的な管理を見直すことも重要です。

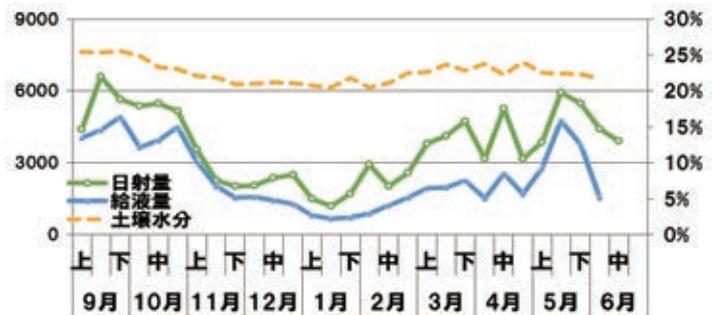
### 【草勢管理のポイント】

☆「草勢が弱い」≠「肥料不足」(イコールとは限らない)状況に応じて対応する。

- ・現状の草勢を見極め土壌や施設内など様々な環境を複合的に管理することで増収を目指します。

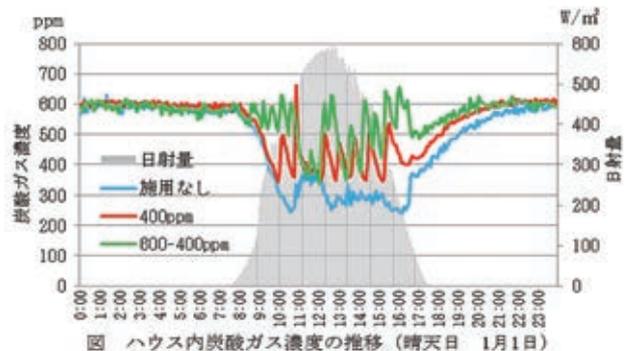
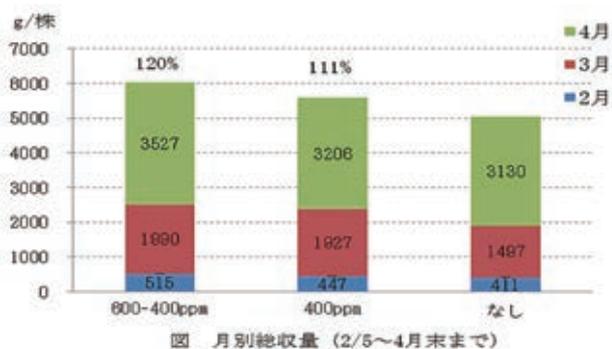
### ◆灌水管理(日射量に応じた灌水管理)

- ・植物の吸水量は日射に比例します。日射に応じ灌水量を加減することで土壌水分を安定させることが重要となる。(厳寒期は温暖期の1/4程度の灌水量で土壌水分は概ね安定！)



### ◆炭酸ガスの積極施用

- ・厳寒期のハウス内炭酸ガス濃度は250PPM前後まで低下する。トマトの収量への炭酸ガス施用の効果大きく、積極的な施用は増収のポイントになります。



双子座  
5/21~6/21

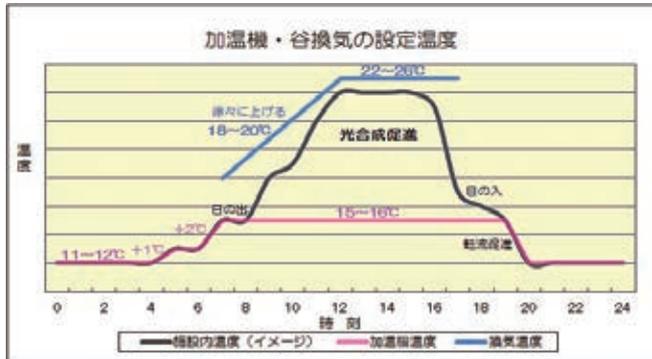
♥全体運♥ 一進一退のままならない運氣。急がずいつものペースを保つよう心がけましょう。下旬は作業も予定も挽回可能です  
♥健康運♥ 寒さ対策を入念に。あったかインナーは特に◎  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ サツマイモ



## ◆温度管理

### 1) 設定温度

- 温度設定は右図を参考に草勢に応じて調節する。
- 低温は、生育の停滞、果実の着色不良、また、病害(疫病、灰色かび等)の発生を助長するため、ハウス内温度で10℃を下回る管理は行わない。
- マルハナバチ導入ほ場では、正常な花粉ができるように12℃(実温)以上の確保を行う。



※上記は、ひとつの目安でありトマトの栄養状態に応じた温度管理で生育バランスを保ちましょう。

#### 《参考》

- 栄養成長(草勢が強い) = 日平均温度⇒上げる・昼夜の温度差⇒大きく
- 生殖成長(草勢が弱い) = 日平均温度⇒下げる・昼夜の温度差⇒小さく

### 2) 換気

- 極端な換気を行うとハウス内の温度が急速に低下し、着果不良や病害の発生を助長するため、換気幅は数回に分けて広げ、ゆるやかに温度・湿度を低下させる。
- 晴天日の朝はハウス内の温度が急速に上昇し、果実や茎葉が結露して病害発生につながるため、換気は早めに開始し、開け幅を小さくして緩やかに温度を上げていく。

### 3) その他

- 温度ムラ解消のため、循環扇の設置や暖房機ダクト配置の調節を行う。
- 循環扇を稼働することにより空気が動き、葉の周囲の湿度低下による病害抑制や光合成の促進につながるため、基本的に24時間稼働する。
- 省エネ対策として、サイド・谷下の内張りを設置するとともに、施設内の隙間をなくし保温効果の向上を図る。

#### 《参考》積極加温の効果

温度管理の例と収支の試算(H29年度、八代地域ほ場)

	平均温度 11月～2月	重油使用量 合計 (L/10a)	重油経費 合計 (円/10a)	収穫段数 11～3月	開花段数 11～3月	収量 11～3月 (kg/10a)	販売金額 11～3月 (円/10a)
a 通常管理	日中18.2℃ 夜間12.9℃ 平均15.1℃	6,129 L	490千円	11.1段	11.7段	12,973kg	4,022千円
b 積極加温	日中19.9℃ 夜間13.0℃ 平均15.9℃	8,052 L	644千円	13.0段	13.7段	15,184kg	4,707千円
差 b-a	日中1.7℃ 夜間0.1℃ 平均0.8℃	1,923 L	154千円	1.9段	2.1段	2,211kg	685千円

《試算の前提》重油単価：80円/L、収量：167g(M階級)/果×3.5個/果房×2000株/10a、トマト単価：310円/kg  
aは2ほ場、bは3ほ場の平均値

## い草 1月の管理 地干しに向けた準備を。

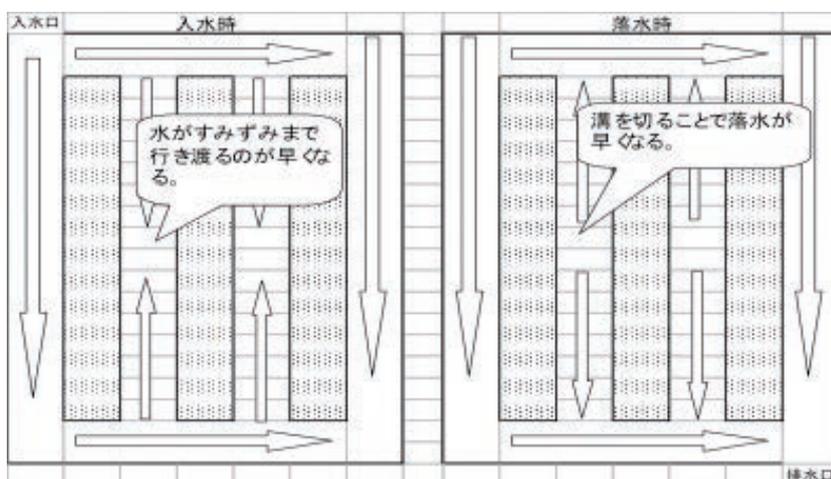
そろそろいぐさが活着した頃です。これからは落水管理（地干し）へ移行していきます。いぐさ株の均一化や地下茎の充実を図る上での準備を整えましょう。



### 1. 水管理

- ・活着するまでは湛水管理を行い、活着を促しましょう。
- ・活着後は、湛水管理から間断湛水へと移行し、地干しに向けて慣らしていきましょう。
- ・地干しの徹底が出来るように、また今後の水管理がスムーズに出来るように、溝切りを行いましょう。

※乾田風化が十分に出来ていない圃場が散見されますので、万全の整えとして実施しましょう。



### 2. 補植

- ・株のバラツキがあると品質に影響を与えます。枯死株や弱小株は除去し、補植に努めましょう。
- ・機械移植の場合は、状況によっては2～3回は補植が必要となります。段階的に補植作業を行いましょう。



獅子座  
7/23~8/22

♥全体運♥ もう少しで状況が変わります。面倒なことも手を抜かずに進めることが大切です。人との交流が開運のきっかけに  
♥健康運♥ 胃腸をいたわって。消化の良い食事で元気に  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ カリフラワー



組合員・地域住民の皆様お待たせいたしました！

# 10周年南部地区収穫感謝祭

開催日時：令和6年2月11日(日曜日) 午前9時30分開会

開催場所：JAやつしろ南部総合支所 特設会場

催事

## ★秀岳館「雅太鼓」出演決定

★ビンゴゲームで豪華景品をゲットしよう！

☆採れたて新鮮野菜を販売 トマト・各種野菜・晩白柚・不知火

☆赤飯・ぜんざい・肉うどん等 販売 ☆小型農機展示

☆米すくい(当日2,000円以上のお買い上げ)

※2月11日限り。米消費拡大運動の一環ですので、先着順にて在庫が無くなり次第終了します。

地域ぐるみでカモ類被害防止対策に取り組みましょう！



被害防止対策  
その5

## カモ類による被害が増えてくる時期です 引き続き対策を実施しましょう



カモ被害の動画はコチラ

- 1～3月にかけて麦や露地野菜等への被害が増えてきます。
- 収穫残渣をカモ類のエサとしないよう、収穫後は直ちにすき込みましょう。
- テグスや網の設置、不織布被覆等により、カモ類のほ場侵入や食害を防ぎましょう。

### 収穫残さのすき込み



収穫後、直ちにすき込みましょう。12～2月の植替えほ場近隣の残渣処置は特に重要です。

### 「網」設置



隣接するほ場から侵入するのを防ぐため、境界に網を設置しましょう。

### 「テグス」設置



高低2段で設置し、また、キラキラテープを付けることで効果が高まります。

### 「不織布」被覆



食害を防ぐため、不織布や防鳥ネット等のべたがけやトンネルを設置しましょう。

八代地域農産物鳥類被害防止対策連絡協議会



乙女座  
8/23～9/22

♥全体運♥ イレギュラーな対応が必要になり戸惑いがち。非常時こそ冷静に。下旬には状況が改善へ。焦って答えを出さないで

♥健康運♥ 発酵食品が多めのメニューで腸内環境を改善

♥幸運を呼ぶ食べ物♥ ナガイモ





# 寒い冬は鍋料理で乗り切ろう

食育インストラクター ● 岡村麻純

冬になるとわが家の食卓に頻繁に登場するのが鍋料理です。湯気の出る鍋を囲んで熱々の料理を食べるのは、冬の幸せな時間です。

以前、雑誌の仕事で全国の郷土料理を取材した際、北から南までさまざまな当地鍋があることを知りました。そんな中からわが家でも少しずつレシピを調べては挑戦してみています。みそのだしやサケが子どもたちに好評な北海道の石狩鍋や、「おにぎりがお鍋に入っている」と子どもたちが大興奮だった秋田県のきりたんぼ鍋、私の大好きなサトイモをふんだんに使った山形県の芋煮鍋や真っ白なスープでいただく福岡の水炊きなど、鍋メニューのレパートリーに加わったものがたくさんあります。



昔から愛される鍋には、ネギやハクサイなど冬が旬の野菜がたっぷりと入っているものが多く、こ

れら旬の野菜は冬の体を元気に保つのに一役買ってくれます。例えば、鍋に欠かせないネギは、昔から風邪にはネギが良いといわれていたように、アリシンという成分が血行促進に作用すると期待されており、体を中から温めてくれます。他にも、ハクサイは風邪予防にもつながるビタミンCとともにカリウムが多く、塩分を取り過ぎてしまう冬には欠かせない野菜です。冬のキャベツにもビタミンCが豊富な上に、キャベツの特徴的な成分のビタミンUは胃の働きを助けてくれるので、おなかを壊しがちな冬にぴったりです。こういった野菜がたっぷり食べられる鍋は、締めと呼ばれるスープの活用も魅力です。実は、野菜などに含まれる栄養は水溶性のものが多く、火を通す際、スープに溶け出してしまいます。しかし、締めでスープまでしっかり食べる鍋なら、栄養も無駄なくいただくことができます。

今年も新たなご当地鍋にも挑戦して、家族みんなで外からも中からも体を温めて、元気に冬を乗り切りたいと思います。



# 食品の保存法

● 日本農業検定事務局

微生物の増殖によって、人の役に立つ食べ物を生み出すことを発酵といい、一方、人が食べられない食べ物として食品が分解されることを腐敗といいます。古来から人々は腐敗を防ぐ方法を経験を通して見いだし、後世に伝えてきました。

## 問題

食品の保存法についての説明で、間違っているものは次のうちどれですか。

(1) 天日などにより食品を乾燥させることで、食品中の水分を脱し、貯蔵性や輸送性を向上させることができる。

(2) 電気冷蔵庫(冷凍庫)が普及する前は、食品の保存に雪室や氷室が利用されていた。

(3) 未開封の缶詰やレトルト食品、食塩や砂糖などの糖などの

主な食品の保存温度

保存方法	食品
冷凍 (-18度以下で保存する食品)	アイスクリーム類、冷凍食品
冷蔵 (約0-10度で保存する食品)	肉、魚、野菜、牛乳、乳製品、調理済み食品 *肉や魚、調理済み食品などは冷凍保存もできる *肉や魚などはチルド室(0度前後)での保存が望ましい
冷暗所 (暗くて涼しい場所)	芋類、ナスなど *低温になると変色や変質の原因となる
常温 (平常の温度)	缶詰、レトルト食品、砂糖や食塩などの粉末調味料 *缶詰やレトルト食品は未開封のもの

主な食品の保存温度

粉末調味料は常温で保存することができます。

(4) 砂糖自体が持つ殺菌作用で細菌が死滅することを利用したのが食品の砂糖漬けである。

解答：正解は(4)です。

解説：砂糖漬け(糖感)は、砂糖の浸透圧によって脱水し、雑菌の増殖を抑える保存法です。砂糖には高い保水力があり、食材の乾燥を防ぐ効果があります。殺菌作用ではなく、砂糖と結び付いた水分は雑菌が利用できない形になるのでより保存性が高められます。

食品の保存法には、食品中の水分を脱水し、貯蔵性や輸送性を保持させる「乾燥」や冷涼な場所に食べ物をおくことと変質が少なく保存ができる「冷蔵」、加熱と脱気という二つの要素によって貯蔵性を高めている「缶詰・瓶詰」があります。

『新版 日本の農と食を学ぶ 中級編(63ページ)より



日本農業検定ホームページ



天秤座  
9/23~10/23

♥全体運♥ 家族や家の中のことを後回しにしないように。身の回りのことを優先させれば危険を回避できます。掃除は丁寧に  
♥健康運♥ 無理は禁物。適度に休憩し疲れをためないように  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ 京ニンジン





# 冬のあったかミルク鍋

家族でおいしく楽しもう

牛乳はきかす！

寒さが続く時期に家族でおいしく楽しめる  
ミルク鍋レシピをご紹介します。

出典  
ミルクWEBサイト  
「ミルクレシピ」



家族全員で楽しめる！



## 豆腐ともやしの まるやか ミルクたんたん鍋

### 材料(2人分)

豚ひき肉	150g
木綿豆腐	1丁(300g)
もやし	1袋
ニラ	30g

豆板醤(とうばんじゃん)	適量
A ニンニク	1片
ショウガ	1片
長ネギ(白い部分)	1/2本

ごま油	小さじ2
甜麺醬(てんめんじゃん)	小さじ2
しょうゆ	小さじ2
水	100ml
牛乳	300ml
鶏がらスープの素(顆粒)	大さじ1/2
みそ	10g
塩	小さじ1/8
すりごま(白)	大さじ1

### 作り方

- 1 下準備をする。木綿豆腐は食べやすい大きさに切る。もやしは洗ってひげ根を取る。ニラは4cmの長さに切る。Aのニンニク、ショウガ、長ネギはみじん切りにする。
- 2 肉みそを作る。フライパンにごま油を弱火で熱し、Aを入れて香りが立つまで炒める。端に寄せて中火にし、豚ひき肉を入れる。肉の色が変わったら、炒めたAと合わせて甜麺醬、しょうゆを加え、全体がなじむまで炒める。
- 3 深さのある鍋か土鍋に、水、鶏ガラスープのもと(顆粒)を入れて沸騰させ、もやしを入れてふたをし、1分30秒ほど蒸す。
- 4 ふたを取り、牛乳、塩、すりごま(白)を加え、みそを少しずつ溶かしながら入れる。木綿豆腐、ニラを彩り良く並べて中火にかけ、豆腐が温まり牛乳が沸騰する直前を目安に火を止める。
- 5 鍋の空いている所に(2)の肉みそをのせる。

おもてなしにも♪

## とろ〜りチーズの 洋風ミルク鍋

### 作り方

- 1 下準備をする。カマンベールチーズは表面に放射状に軽く切り込みを入れる。ハクサイは葉と芯に分け、それぞれざく切り、ニンジンも皮ごとピーラーなどで薄くむき、くるくると巻く。エノキタケは根元を切り落とし、手でほぐす。長ネギは5cmの長さに切る。トウモロコシは根元を切る。ニンニクは表面に竹串で穴を開ける。エビは殻をむき、背ワタを取り除く。ゆでだこはぶつ切りにする。
- 2 鍋にAを中火で沸かし、エビ、ゆでだこを入れてさっと火を通す。取り出して粗熱が取れたらそれぞれ串に刺す。
- 3 豚ロース薄切り肉1枚を広げ、ハクサイの葉を適量巻く。豚肉とハクサイの葉がなくなるまで作る。ファルファッレを袋の表示時間通りにゆでる。
- 4 (2)とは別の鍋の底にハクサイの芯を並べ、中央にカマンベールチーズを置く。周りに(3)のハクサイの豚巻き、巻いたニンジン、長ネギ(白い部分)を立ててバランス良く詰め、空いた隙間にエノキタケ、トウモロコシ、ニンニクを詰める。
- 5 (4)にBを加え、中火で加熱する。全ての具材に火が通ったらファルファッレをのせ、エビとゆでだこの串は食べる直前に溶けたチーズに絡ませていただく。



### 材料(2人分)

カマンベールチーズ	1個
豚ロース薄切り肉	150g
エビ(殻付き)	6尾
ゆでだこ	100g
ハクサイ	1/8個
ニンジン	縦1/2本
エノキタケ	1/2袋(100g)
長ネギ(白い部分)	1/2本
ニンニク	3片
トウモロコシ	少々
ファルファッレ(リボン形の pasta)	50g

水	500ml
A 酒	大さじ1
うま味調味料	少々

B 牛乳	500ml
水	200ml
白ワイン	50ml
コンソメ(顆粒)	大さじ2

♂ 蠍座  
10/24~11/22

♥全体運♥ 好調です。本気を見せれば状況を変えられます。諦めずにチャレンジを。新年会やパーティーへの出席が吉  
♥健康運♥ 体を動かすほど調子が上がります。スポーツが吉  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ レンコン

## インボイス制度のお知らせ 第4弾

# 消費税インボイス制度の概要と対応

原則 2 年前の課税売上が 1000 万円を超える事業者は消費税の申告が必要になります。

消費税の申告は「売上に係る消費税」から「仕入に係る消費税」を差し引いて納付（還付）します。（※本則課税）

令和 5 年 10 月 1 日から導入されたインボイス制度では、登録をおこなった「適格請求書発行事業者」が発行するインボイス制度に合致する証票のみが「仕入に係る消費税」の対象となり、登録がない事業者からの「仕入に係る消費税」は差し引きが出来ず、その分の消費税を多く納付することになります。

但し、2 年前の課税売上が 5000 万円以下の事業者は選択届書の提出により「簡易課税」を選択でき、「仕入に係る消費税」は「売上に係る消費税」に一定の比率をかけて算出することから「簡易課税」の方は仕入に係るインボイスの影響は出ないこととなります。

購買事業では、インボイスの影響を受ける「本則課税の方」への対応として、「購買インボイス取引一覧表」（申告に必要な時期の購買取引一覧表）を準備いたします。

毎月、お配りしている「購買代金案内書兼請求書」は、消費税を含む仕入れ明細等の整理に使えますが、インボイスの証憑書類として保管する書類は「購買インボイス取引一覧表」となりますので、申告に向けて必要な方（本則課税の方）は各購買センターへお申し込みいただきますようお願いいたします。

## 購買システム（インボイス対応⑨）

なお、購買利用者コードがない方やJA給油所のプリカ・現金給油・他JA利用分は「購買インボイス取引一覧表」で対応できないため、給油レシート・購買品供給票（レシート）等の保管をお願いいたします。（レシート等の再発行はできません。）

取引日	取引先	用途	品名	数量	税込金額	税率	内消費税等	税引金額	決済方法
4-2-21	有限会社	一般車給油	レガシエ ハイブリッド ノート	1	8,500.00	10%	850.00	7,650.00	現金
4-2-21			自費税引計		8,500.00	10%	850.00	7,650.00	
4-2-21	本所	一般車給油	日産自動車	1	2,200.00	8%	176.00	1,924.00	現金
4-2-21			自費税引計		2,200.00	8%	176.00	1,924.00	
4-2-21	本所	食料品給油	食料	1	1,000.00	8%	80.00	920.00	現金
4-2-21			自費税引計		1,000.00	8%	80.00	920.00	
4-2-21	本所	食料品給油	食料	1	1,000.00	8%	80.00	920.00	現金
4-2-21			自費税引計		1,000.00	8%	80.00	920.00	
4-2-21			食料	1	2,500.00	8%	200.00	2,300.00	
4-2-21			自費税引計		2,500.00	8%	200.00	2,300.00	
4-2-21			自費税引計		2,500.00	10%	250.00	2,250.00	
4-2-21			自費税引計		8,500.00	10%	850.00	7,650.00	
4-2-21			自費税引計		2,500.00	8%	200.00	2,300.00	
4-2-21			自費税引計		8,500.00	10%	850.00	7,650.00	
4-2-21			自費税引計		11,500.00	8%	920.00	10,580.00	

- ※「消費税本則課税」の方は「購買インボイス取引一覧表」の保管が必要になります。
- ※「購買インボイス取引一覧表」の発行依頼は、各購買センターにお申し込み下さい。
- ※インボイス制度の概要は国税庁のホームページ <http://www.nta.go.jp> をご確認ください。



# 〈50周年特別企画〉 結婚式 プレゼント!

2024年2月末迄に  
初ご来館の方限定

各月先着  
5組様  
限定

大好評  
延長!



## 50th Anniversary

好きなお衣裳  
タキシード  
ウェディングドレス  
各1着レンタル無料  
お料理・ドリンクを優待価格他

※対象  
2024年8月末迄に  
挙式・披露宴(20名様以上)で  
ご利用とさせていただきます



今年を家族そろって お祝いの年に!  
まずはお気軽にご相談下さい!  
JA 会員様限定の特典をご用意しています

ご家族揃って  
相談・試食

個別対応 チャペル見学  
会場見学 × 衣裳試着

10:00 ~ /13:00 ~ /16:00 ~ (予約制)



これからの段取りや気になる予算・親族の移動や  
衣裳等 ベテランスタッフがしっかりサポート♪



### 新年会

### 選べるお料理コースが豊富!

和食・洋食・中華 予算に合わせて選べるお料理が好評  
家族・職場・仲間と一緒に 飲み放題プランもあり

☆設備が充実☆  
ステージ/マイク  
プロジェクター  
スクリーン完備

10名様から  
個室もご用意 OK 3,500円/4,000円/5,000円コース  
送迎バスも有 飲み放題 2時間 2,000円

※表示価格はすべて税込

株出雲総業  
グループ



## ホワイトパルス



お問合せ・ご予約は (10:00 ~ 18:00)  
TEL (0965) 35-0005 八代市松江町290-1

八農たより  
本校

## 1年生稲刈り体験

11月2日(木)、1年生が稲刈り体験を行いました。田植えは悪天候のためできませんでした。当日の稲刈りは晴天に恵まれました。初めて鎌をもつ生徒もいれば、手慣れた様子で刈り取る姿も見られました。収穫したもち米は八農祭の餅投げに、うるち米は収穫感謝祭のカレー会食に使用し、全校生徒・職員で食の楽しみやありがたさを再確認しながら美味しくいただきました。



## 大盛況!!八農祭!!

11月12日(日)、八農祭(一般販売)が開催されました。開始前から実習製品や農産物の販売テントの前に行列ができ、販売開始直後から、続々と完売!!食バザーや同窓生主催の青空市場、最後の餅投げまで、賑やかで楽しい声が聞こえてきました。また、各方面から労いの言葉も頂くなど、生徒にとっても今後の実習に向かう姿勢、生産する喜びを心身ともに感じる事ができた貴重な機会となりました。寒空の下ではありましたが、ご来場いただいた皆様に感謝申し上げます。

## 「熊本県がんばる高校生」受賞

11月16日(木)、熊本県庁で「熊本県がんばる高校生表彰式」が行われ、本校農業工学科3年の荒川大河さんが表彰されました。これは学業やスポーツ活動等において、他の生徒の模範となる高校生の功績を讃え表彰を行うもので、受賞した荒川さんは、1年次より級長、サッカー部では主将を務めました。また、各種農業クラブ活動に積極的に取り組み、平板測量競技では全国大会に出場し、最優秀賞を獲得しました。今後も意欲的な姿勢で、様々なことに取り組んでくれることを期待しています。



## 「シカとイノシシの皮はぎ実習」

泉分校では鳥獣被害対策として罠によるシカの捕獲についての学習を行うことで地域課題の解決を実践しています。

11月10日(金)にシカとイノシシの皮はぎ実習を行いました。講師に久連子古代踊り保存会会長寺川氏、株式会社イノPの井上氏を分校に招き、実習を行いました。3年生は昨年引き続き2回目ということで生徒達も慣れた手つきで皮を剥いていく姿に成長の後を感じました!!2年生も3年生に負けじと講師の方々に積極的に質問し、実習に取り組んでいました。今後とも学習と地域貢献を継続していきます。



八農泉分校  
イメージキャラクター「どんぐりん」

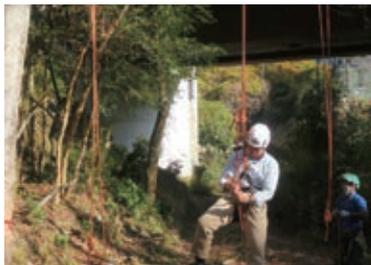


八農たより  
分校

## 「高性能林業機械研修について」

12月2日(土)に2~3年生グリーンコース15名を対象に森林・林業体験研修を実施しました。

ツリークライミング研修では、ロープワーク練習から実際に木の上にもぼる練習を懸命に行っていました。チェーンソーでの水平切り研修では事業体の方々から直々に現場での技術を教えてもらい、教科書には載っていない技術を学ぶことができました。これを機会に林業に興味を深め、現場での実習に繋げていけたらと思います。



射手座

11/23~12/21

♥全体運♥ あれもこれもと欲張ると收拾がつかなくなってしまうそう。あなたにとって大事なことを優先して。観劇にツキ  
♥健康運♥ おいしい食事で元気をチャージ。旬の食材が吉  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ サトイモ



# 今月の主な行事予定

## 令和6年1月

22日(月) 行政書士による無料相談  
中央営農センター 2階 小会議室

## 令和6年2月

1日(木) 年金相談会

10日(土) JAやつしろ杯学童野球大会  
氷川町竜北グラウンド

11日(日・祝) 建国記念の日  
JAやつしろ杯学童野球大会  
氷川町竜北グラウンド  
南部地区収穫感謝祭  
南部総合支所特設会場

12日(月・祝) 振替休日

23日(金) 天皇誕生日

26日(月) 行政書士による無料相談  
中央営農センター 2階 小会議室

## 第9回 理事会

日時 令和5年11月29日(水) 実施 本所 大会議室

### 議題

※以下の通り審議され、全て可決承認されました。

#### 「承認・決定事項」

- 第1号議案 規程の改正について
- 第2号議案 固定資産の取得及び処分について
- 第3号議案 出資金の減口について
- 第4号議案 冬季賞与の支給について

#### 「報告事項他」

1. 令和5年度上期監事監査報告について
2. 専門委員会・共計委員会報告について
3. 不祥事再発防止策取組状況について
4. JA活動総合3ヵ年計画の進捗状況について
5. マネロン・テロ資金供与対策に関するアンケートへの対応について
6. JA共済コンプライアンス点検結果及び改善方針の概要について
7. 成人式振袖レンタル展示会及び生活総合展示会について
8. 自主検査の結果報告について
9. 組合員加入・脱退状況について
10. 行事予定について
11. 役員研修について
12. その他
  - ・地域貢献活動について

## お知らせ 年金相談会

令和6年2月1日(木)  
中央支所 八代市永碓町 847-1  
33-5147

※毎月1日に中央支所で開催します  
午前10時～午後3時

事前の御予約を承っております  
最寄の支所へお申し込みください

初めて手続きなさる方、現在受給中の年金に  
疑問をお持ちの方、お気軽にご来場下さい。  
どんなことでもお気軽にご相談ください。

## 行政書士による無料相談会

令和6年1月22日(月)  
中央総合営農センター2階 小会議室  
八代市古閑浜町 3602-2

※毎月第4月曜日に中央総合営農センターで開催します  
午後1時半～午後4時

相談内容 遺産相続・遺言書作成・農地手続  
行政書士 緒方 健一 (090-7922-1828)  
野口 誠治、児玉 幸則、田添 史也

令和5年10月末実績

貯金	¥99,854,069
貸出金	¥27,572,327
購入品供給高	¥5,373,865
販売品販売高(受託)	¥12,268,448
販売品販売高(買取)	¥88,130
販売品販売高(合計)	¥12,356,578

生命・建物共済新契約	1,428,410
年金共済新契約	61,476
自動車共済契約(新規+GUP)	916,351
短期共済契約	3,774,000
共済実績合計	6,180,237
自己資本比率(令和4年度)	14.34%

※JAシステム目標と国際統一基準(BIS規制)は8%以上

お問合せ、詳細については、  
各支所購買窓口へお尋ね下さい

毎週月曜日に肥料袋を回収



JAで購入された使用済みの肥料袋を各購買センターおよび事業所に設置した回収場所へ、毎週月曜日に、無料回収しています。  
尚、予め簡単な洗浄をされてから、お持ち込みいただきますようお願い致します。

お知らせ  
1月18日(木)・19日(金)は  
生産資材の現金特売日  
肥料・農薬の現金特売を行います



♥全体運♥ 勢いがあります。計画を実行に移しましょう。会合では発言を。あなたの意見が好結果につながります。周りへの協力が吉  
♥健康運♥ 頭痛は早めにケアを。目の疲れに効くマッサージも◎  
♥幸運を呼ぶ食べ物♥ 芽キャベツ





# 「緑のシンフォニー」好評放送中!

毎月第1・3木曜日 午後6時25分より、「緑のシンフォニー」好評放送中!  
翌金曜日 午前9時より再放送中!



## 令和5年度 第16回 「晩白柚」

12月7日(木)・8日(金) 放送

JAやつしろ果樹部 福田清和部会長  
エフエムやつしろ やまちゃん

自慢の晩白柚が出来ました😊

(出演者のお名前は写真左より表記)



ビタミンCたっぷりですよ!

## 令和5年度 第17回 「いちご」

12月21日(木)12月22日(金) 放送

エフエムやつしろ やまちゃん  
昭和いちご部会 坂本真一郎部会長  
施設園芸課 瀧田祐誠職員

(出演者のお名前は後列左より表記)

月1回「しよんなかな〜プレゼントコーナー」も実施中!

どの回になるのか、お楽しみに!  
※ 聴取者プレゼントの申し込みは、エフエムやつしろで受け付けます  
TEL 4 3-7 6 5 1 / FAX 4 3-7 6 5 6  
e-mail : 765@kappafm.com



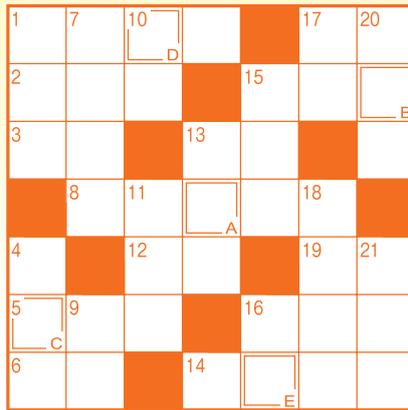
# パズル?頭の体操 Q.

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?

出題:ニコリ

### ヨコのカギ

- おせち料理にも使うニシンの卵巣の加工品
- 旅行前に——ブックを買った
- 俳人が名作を生み出した地に建てられていること
- 北を向いたとき西になる方向
- 丁寧というとご飯です
- 横綱を先導して土俵に上がります
- セイウチの口からよっきり
- 農地——、道路交通——
- DNAが含まれる体の設計図。——操作
- 猫が中で丸くなっているかも
- 不要物を可燃、——、資源ごみに分別した
- 彼女は——を言わず彼を外に連れ出した
- エレベーターの表示では「B」



### タテのカギ

- 大学入学共通テストの理科の科目の1つ
- キウイやポンカンの生産量が日本一の県
- エッセーともいいます
- かつお節や昆布で取ります
- ガラガラとうがいをして洗うもの
- ゆでた麺をざるにあげて行きます
- 大股の人は広めです
- カメやカッパの背に付いています
- や硯(すずり)を用意して書き初めをした
- カラオケで楽しむもの
- の計は元旦にあり
- 旧暦 1月の異称
- 見張ること。——カメラ

### 11月号の答え

A. フ ユ ジ タ ク



- ※ ペンネーム使用のご希望があれば、お書き添え下さい。
- ※ 原則、ご応募・ご投稿に際して取得した個人情報・ご意見・ご投稿は、プレゼントの発送や広報誌の編集以外には使用いたしません。
- ※ ペンネームのみでの応募など、必要事項の記載がない場合は、残念ながら無効となりますのでご注意ください。

### 11月号の当選者

文ちゃん さん  
ワコ さん  
よっちゃん さん

以上、おめでとうございました

〒8660043

八代市古城町2690

JAやつしろ 総務部

「パズル?頭の体操」係行

### 1月号のパズル?頭の体操

「ABCDE」

おなまえ・ペンネーム

郵便番号・おところ

電話番号

性別・年齢

・身近な話題

・アンケートにお答え下さい

1. 気になった記事・ご感想

2. 誌面で改善してほしい所

3. 今後取り上げて欲しい事

4. ご質問・ご意見など

### 1月号のプレゼントは

☆ 今回のプレゼントは  
「いちご」を3名様に!

なお、商品の受け渡しは、  
緑のシンフォニー北部店で行います。

☆ 締切日 令和6年2月5日(月)到着分まで

☆ はがき以外のご応募は下記へ

FAX : 0965-35-4813

e-mail : info@ja-yatsushiro.or.jp

QRコード対応の携帯  
電話は、こちらを読み  
取り、メールでご応募  
が出来ます。



●最近、お名前が明記してなかったり、ご連絡の住所・お電話番号を書きもらしているお便りを良く見かけます。ポストに投函する前、メールの送信ボタンをクリックする前に、もう一度ご確認をお願い致します。



# お便り



●長男夫婦に3人目の男の子が生まれ孫が5人になりました。元気で長生きしなくては(^ ^)!! 「ヨコばあば」さん

●ひまご2人が七・五・三を迎えました。嬉しいことです。 「藤棚」さん

●週一のグラウンドゴルフが楽しみです。 「よっちゃん」さん

●身体を鍛えて、寒い冬を乗り越えるぞ!! 「よしみこ」さん

——他にも

「文ちゃん」さん、  
「タエコバアちゃん」さん、  
「おやさい」さん

など、たくさんの葉書やメールをいただきました。

ありがとうございます。これからもパズルの回答やメッセージお待ちしております。



### 水瓶座

1/20~2/18



全体運

じっくり時間をかけるのが正解です。気持ちがせいたら深呼吸を。落ち着きを保つのが成功の鍵。美術鑑賞にツキ



健康運

心の疲れに気を付けて。音楽や美しい景色が癒やして



幸運を呼ぶ食べ物

ダイコン





# 令和6年1月号 今月の表紙



東陽地区で「晩白柚・生姜・デコポン」を栽培されている 宮山さん

たくや	卓也	さん	42歳	御本人
りか	由香里	さん	43歳	奥様
ひろし	広	さん	72歳	お父様
うこ	京子	さん	66歳	お母様
ゆいち	裕一	さん	41歳	弟様
かい	海人	さん	22歳	お子様
はるか	遥華	さん	21歳	お子様
ゆき	小雪	さん	20歳	お子様
あきな	明菜	さん	18歳	お子様

—— 農作物

晩白柚	30 a
生姜	30 a
デコポン	15 a

- ・農業のやりがいは？  
消費者、お客様に喜んでもらえる所です。作物がよく出来たときには最高に嬉しいです。
- ・どのような生産者を目指していますか？  
現在栽培している作物以外にも色々作ってみようと思っています。去年からシャインマスカットの勉強中です。また、GI登録の晩白柚と生姜のPR頑張ります。
- ・農産物のPRをお願いします  
晩白柚は世界一の柑橘ということもあり、もっと色んな人に知ってもらいたいです。日持ちもするので1か月くらいは部屋で香りを楽しんでから食べてみてください。



## 今月のうまかもん

提供：JA熊本経済連

### ミネストローネ風雑煮

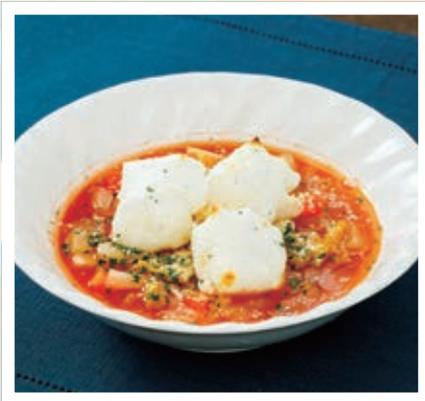


材料 (4~5人分)

- 大根(さいの目切り) ..... 3cm輪切り分(約150g)
- 人参(さいの目切り) ..... 1/3本(約50g)
- 白菜(1cm角切り) ..... 1枚  
※芯と葉に分けて切る
- A 和風だし ..... 2袋
- 水 ..... 600mL
- B 米こうじの甘酒 ..... 1本(125mL)
- トマトケチャップ ..... 大さじ6  
こだわり素材
- トマト(さいの目切り) ..... 1個
- 切り餅(4等分に切る) ..... 2個
- 粉チーズ・パセリ(盛り付け用) ..... お好みの量

作り方

- 鍋にA、大根、人参、白菜の芯を入れて沸かす。
- ①にB、白菜の葉、トマトを加えて軽く煮た立せて、火を止める。
- フライパン又はグリル、オーブントースターで切り餅を焼いておく。
- お椀に②を入れ、③の餅を添えて粉チーズとパセリを散らす。



### “旬!”の農産物

#### いちご

旬：12月～翌年5月(※品種により異なります)

子供達が大好きなイチゴ。八代では、熊本県オリジナルイチゴの「ゆうべに」をはじめ、「さがほのか」や「かおり野」「恋みのり」など多くの品種が栽培されています。

イチゴは、ビタミンCを多く含み、シミ・ソバカス予防などの美容と疲労回復や風邪の予防に。食物繊維のペクチンが豊富なので、整腸作用もあり、健康

維持に最適な果物です。

購入出来る場所

JAやつしろ 直売所「ドレミ館」  
営業時間 08:30~17:00 /  
定休日 日曜日  
TEL 0965-32-5154  
〒866-0891 熊本県 八代市 古閑浜町 3448-86  
※ 地方発送も出来ます



- ♥全体運♥ 良い風が吹いています。お誘いには乗ってみましょう。今まで気付かなかった新しい発見があるはず。会合につき
- ♥健康運♥ やったことのないストレッチに挑戦を。脳も活性化
- ♥幸運を呼ぶ食べ物♥ イチゴ

