

かみましきの「農業」と「人」の、今を伝える広報誌

# JAかみましき

JA KAMIMASHIKI PRESS

12  
2020, December



## CONTENTS

今月の表紙 「大豆」	1
今月の人 「村上 卓也さん・村上 祐太さん」	2
かみましきニュース	4
営農通信	8
部会だより 「和牛部会」	10
たんぽぽだより	11
各部からのお知らせ	12
おせちの予約始まりました	14
人事異動	15
今月の料理レシピ 「大豆」	16

# 生百雄 村上卓也



## 今月の人

嘉島町六嘉地区

村上 卓也さん (54)

村上 祐太さん (24)

嘉島町の六嘉地区で米・麦・大豆をつくっています。熊本農業高校を卒業してから1年後に就農し、今年で35年目になります。主に米（6ヘクタール）と大豆（6ヘクタール）、麦（12ヘクタール）を栽培しています。もともとは高校卒業後に就職しましたが、熊本農業高校時代の同級生が農業を始めて、その話を聞いたりするうちに少しずつ農業をした



JAかみましき  
ホームページはこちら

<http://www.ja-kamimashiki.or.jp/>

JAかみましき

検索

過去の広報誌やイベント情報公開中!!





と思うようになり就農しました。

うちの親は兼業農家で自分たちの食べる分程度しか作っていなかったもので、初めは2ヘクタールの水田しかありませんでした。周りの農業をしなくなった方たちに農地を借りて規模を拡大し、現在では12ヘクタールまで拡大することができました。自分が就農してから初めはアールスメロンやイチゴ等の施設園芸農業をしていましたが、施設園芸と普通作の複合経営に限界を感じ、普通作専門に経営方針を変え、地震の前年から米・麦・大豆に絞り、面積を大きくしていきました。息子も高校を卒業後、就農してくれたので10年後、20年後の農業を考えながら経営をし、これからも栽培面積の拡大をしていきたいです。

農業は後継者不足と言われているので、後に残すためにも自分が元気なうちに農業を簡素化するために機械化を進め、できるだけ自分たちに負担がかからないような農業のやり方を心掛けています。息子もまだ就農して間もないので、はやく一人前になってくれたら嬉しいですね。

JAかみましき管内の  
話題をお届けします！  
**かみましき  
ニュース**

## 太秋柿品評会を開催

10月21日、太秋柿の果実品評会を本所で開きました。品評会には、管内の柿生産農家が果実の品質と大きさを競う2部門に出品。上益城地域振興局や熊本県実連の担当職員を審査員に招き、玉太りや糖度、外観などで審査をしました。

平均で糖度15度、重さ400gと大玉で甘いことが特徴の太秋柿ですが、今回の品評会では糖度17度や694gの大玉な果実が出品され産地品質の高さを示しました。



太秋柿を審査する審査員

JA自己改革  
所得増大  
UP!

## みかん出荷順調！

管内ではみかんの出荷が9月下旬からスタートしています。本所の多目的選果場に持ち込まれ、主に関東方面へ出荷。翌年の3月まで出荷が続きます。年内は温州みかんの出荷をし、年明け2月からは不知火の出荷を計画しています。

栽培面ではマルチシートの徹底等、部会単位でさらなる品質向上に取り組んでいます。2020年度は出荷量65ト、販売高1300万円を目指します。

JA自己改革  
所得増大  
UP!

## 新たな品種で大豆の 収量アップを目指す！

10月27日、熊本県経済連とJAかみましきは新たな大豆の品種「フクユタカA1号」の試験圃場として依頼している農事組合法人かしま広域農場で現地検討会を開きました。

同試験は国立研究開発法人の農業・食品産業技術総合研究機構から依頼を受けて、熊本県下でかしま広域農場のほ場で試験栽培を行っています。今までの大豆の品種「フクユタカ」は収穫時期を逃すと鞘が弾けて減収に繋がっていました。新たな品種の「フクユタカA1号」は鞘が弾けにくいのが特徴で安定した収量が見込めます。今後、検証を進めて生産者の所得向上につなげていきます。



フクユタカA1号の栽培状況を検証する生産者たち

JA自己改革  
所得増大  
UP!



## 各支所でミニ展示会を開催



多くの来場者でにぎわいました



来場者には粗品をプレゼント!

10月29日、嘉島支所で農機・自動車・日用品の「ミニ展示会」を開催し、多くの来場者で賑わいました。

今年には新型コロナウイルス感染拡大防止で中止としたJA祭の代わりに「ミニ展示会」を管内の6支所で開催。特別価格での提供により農機・自動車を購入する方への経済支援を行いました。来場者には粗品としてJAオリジナルのみそや管内で生産されたお茶等をプレゼントしました。

## 肉畜枝肉共励会で金賞受賞



11月1日から11月5日にかけて熊本畜産流通センターで開催された、第28回JA熊本経済連肉畜枝肉共励会にて、管内から肉牛褐毛和種の部で御船町肥育牛農家の麻井誠治さんが見事金賞を受賞されました。

本共励会は県内における肉畜の肉質向上と肉畜生産農家の経営安定を図るため、JAくまもとグループが一体となって、肥育技術を研鑽し熊本県産肉畜としての銘柄確立と系統販売体制の強化を図り開催されています。県内から多くの畜産農家が出品し、審査講評が行われました。



麻井さん受賞おめでとうございます

## 堆肥散布試験行っ



JAかみましき堆肥センターは水稻刈取後の圃場に車載式堆肥散布機を使い、JAの完熟堆肥の試験散布を行いました。

JAの堆肥センターで販売している堆肥は、水田の土壌改良剤として使用していただき、10アール当たり1トンから2トンを散布します。

今年度は本所近隣で4トントラックが入れる圃場を対象として60トン限定で堆肥散布を受付致します。

お問い合わせ先

堆肥センター 096-234-1554  
本所営農部 096-234-1156

堆肥価格 1トン6000円(税別)  
散布価格 1台 2000円(税別)

※堆肥散布は10アール当たり約1.5トン散布します。また、散布機車輛が入れることが条件となりますので、圃場の状況により散布できない場合がございます。



トラックに積んだまま堆肥を散布することができます



JAかみましきの堆肥使ってみませんか?

## 青壮年部でTボール大会開催



JAかみましき青壮年部は10月30日、青壮年部盟友やJA職員との親睦として、御船町民グラウンドでTボール大会を開催しました。大会には約100人が参加。各地区でチームを作りスポーツを通して交流を深めました。試合は、全8チームが2つのグループに分かれ総当たり戦で試合を行いました。

入賞チームは次の通り。

▽優勝

清和マーメイド

▽準優勝

嘉島アントラーズ

▽3位

SKY WING



各チーム白熱した試合でした!



参加した田原組合長と青壮年部盟友たち

## JAファン作りの為の体験学習会開催



11月9日から16日にかけて甲佐町の各小學校で「体験学習会」を開催しました。

同学習会は甲佐町と共同で行ったもので、当JAの松岡専務が講師として招かれ、児童達に武道を通じた礼儀や挨拶の大事さを伝えました。

また、相手を思いやることにより、いじめのない学校作りができる事を話されました。

最後には当JAの田原組合長から文房具やJAのリーフレット等のプレゼントに見達も大変喜んでいました。



大きな声で挨拶「こんにちは！」

田原組合長さんへ  
 たくさんの農協の記念品ありがとうございました。とてもうれしいです。みんなで大切に使用させていただきます。  
 これからJAかみましきの野菜やくだものをいっぱい食べて、元気に勉強やスポーツをがんばります。  
 そして、農業のことをもっと知るために学習していきます。  
 龍野小学校 4年生一同

### 空手道体験教室の感想(抜粋)

「これから礼儀を正しくすることを心がけます(るき)」「わたしはいろいろ教えてもらって声が大きくなったと思います(もあ)」「今日はお忙し中来てくださりありがとうございました。空手のことがよくわかりました。地域の方にお礼を言うのをがんばります(たお)」「ぼくは一度も空手をやったことがないので、やる前からドキドキしていました。ぼくは、自分の弱い心に負けたくないという気持ちで『オスツ』と言うところを大きな声で言ったりけりは本気でいったりしました。するとあっという間にチャイムがなりました。(りゅうご)」

松岡 勇治様  
 空手道体験教室では、大変お世話になりました。私が一番印象に残っているのが、「学校で毎日大きな声であいさつをしよう。相手に届かないとあいさつではないよ。」と言い続けてきましたが、なかなか大きな声であいさつができない児童がいました。しかし、その児童が、1時間の空手道体験教室で自信をつけ大きな声であいさつができるようになりました。その児童にとって人生での大きなターニングポイントを手えてくださった皆様には心から感謝を伝えたいと思います。ありがとうございました。



空手道を体験する児童たち

児童たちよりお礼の手紙をいただきました



益城中央小学校



津森小学校



小学生稲刈り体験

米作りを通して地域の農業や食を学べるようにと、10月下旬から11月上旬にかけて小学生の稲刈り体験を開きました。参加した児童は「鎌で綺麗に刈るのが難しかった」など収穫を楽しみながら、黄金色に実った稲を丁寧に刈り取りました。

青壮年部が管内7の小学校を対象に実施しており、米作り体験の一環として毎年開催しています。一年を通して、田植えから稲刈りまで一連の米作りを体験した児童は食の大切さや身近な農業について学んでいました。

# 小学生稲刈り体験

JA自己改革  
地域活性化



白旗小学校



甲佐小学校



藤野小学校



御船小学校



乙女小学校



## マッチング広場

### 売却希望商品



メーカー・商品名 タクボ マルチコンテナ

使用年数 約15年

希望価格 応相談

その他 縦155cm、横65cm



ご購入を検討の方はこちらまで 受付担当：嘉島支所購買店舗 ☎096-237-0098

売りたい方



申告

JAかみましきマッチング広場

トラクター・コンバイン・田植機  
ほか農機具・ハウス資材等

- ◎売りたい方と買いたい方の紹介
- ◎必要に応じて基準価格のアドバイス
- ◎修理や点検



購入希望

買いたい方



# 営農通信

J A かみましき管内には22名の営農指導員と15名の農家経営診断士がいます。  
各営農センターでは、営農指導員が担当地区にて巡回指導を行っています。



御船町・甲佐町・  
嘉島町統括  
野中正センター長

## 第1営農センター

電話：096-234-1156

農産携帯：090-9405-0998

園芸携帯：090-9405-0999

### 農産課



村上 恭央 課長補佐  
CE統括  
(米・麦・大豆)



本田 晃士郎 主任  
嘉島CE  
(米・麦・大豆)



橋口 翔悟  
甲佐CE  
(米・麦・大豆)



田崎 正悟  
甲佐CE  
(米・麦・大豆)



志垣 保博  
甲佐CE



本田 りり子  
事務全般



藤嶋 隆行  
嘉島CE



園田 勝巳  
甲佐CE



石橋 亮  
嘉島CE

### 園芸課



藏原 武尊 課長補佐  
園芸関係統括



西村 謙一 主任  
園芸  
(イチゴ・スイートコーン)



轟田 健人 主任  
園芸・特産・樹芸  
(ニラ・茶)



後藤 昇 (東実連出向)  
果樹  
(みかん・柿・栗・桃)



平田 拓海  
花卉・特産  
(吉無田振興会・筍)



## 第2営農センター

電話：096-286-9250

携帯：080-2780-5001



益城町統括  
森上純也センター長

### 農産園芸課



西坂 武士 課長  
経理全般・集落営農事業全般統括  
(普通作)



松本 英利 主任  
指導販売全般統括



西浦 雄聖  
園芸  
(スイカ)



前村 太樹  
園芸  
(ミニトマト・ニラ)



田中 莉那  
園芸  
(ゴーヤ)、事務



内田 峻輔  
全般補助



林 千春  
事務全般





# 営農指導員・担当職員の紹介



山都町統括  
木原隆伸  
センター長

## 第3営農センター

電話：0967-73-1250

農産携帯：090-9576-6733

園芸携帯：090-9573-0015

### 園芸課



大濱貴一郎 課長  
園芸全般統括



中嶋美聖 係長  
園芸全般  
(トマト・椎茸・里芋)



山崎義人  
園芸  
(ピーマン・栗・菊・柚子)



小松和也  
園芸  
(中玉トマト・ミニトマト・花卉)



黒川大和  
園芸補助  
(キャベツ・イチゴ)



伴英太郎  
園芸  
(キュウリ・エラチンゲンサイ・青ネギ)



佐野敬一



木村孝誠



井崎博子



山下博司



加藤正幸



山崎真裕美



### 農産課



田原安盛 課長補佐  
農産全般統括  
(普通作・種子)



歌野寿美 主任  
特産  
(茶・葉巻)



荒木脩成  
農産・樹芸  
(普通作)



龍田大稀  
農産・畜産  
(酒米・酪農・和牛)



宮崎永成  
全般補助



藤川博志



仁田水 芳子



山下博哉



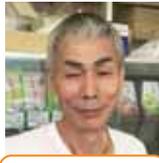
渡辺正英



中村秀子



田丸テルミ



中村賢一



日隈龍行

営農指導に関するお問い合わせはお気軽に  
各営農センターへお尋ねください。

# 部会だより

## 和牛部会



柴田部会長

矢部・清和地区の組合員86名で構成され、部会員同士の意見交換が活発な和牛部会。部会では、毎年7月開催のイベント『夕暮れパーティー』の運営、9月の共進会運営にも関わっています。部会には、黒牛・赤牛に関係なく、牛を飼育している人が加入しており、飼育頭数も1、2頭の人から何百頭の人まで様々です。今回は柴田寛部会長にお話を聞きました。

柴田部会長は会社勤めの後、就農して今年で15年目。現在22頭の親牛がいて、繁殖を中心に飼育しています。牛の他に、米（有機JASを150a、WCSを150a）とイタリアン牧草450aを奥様と2人で育てています。

牛の飼育を通して嬉しいのは、生まれてきた後に子牛が自力で立ち上がったとき。また、子牛は下痢をしやすいため、下痢をしたことのない丸々とした子牛をセリに出せたときは嬉しいそうです。

牛の飼育で大変なことは、出産のとき。初産の母牛が産んだ後に育てないこともあり、そのときは母牛が授乳を与え始めるまで部会長がミルクをあげるなど、子育てのサポートをします。また、生まれてから自分で立ち上がることが出来ない子牛は、点滴を打ったり看病したりして立ち上がるのを待ちます。そして何よりも大変なのは、生き物相手だから遠出が出来ないこと。1日の遠出でも餌の問題や、牛同士のケンカの問題が発生するのだそうです。牛を育てていく中で問題や疑問があるときは、近所の仲間や先輩、部会の仲間に相談して「こういう薬が効くから飲ませてみて」などの助言をもらうなど助け合いながら解決していくのだそうです。

これからの部会長の意気込みは「今はコロナで何十万も下がっているが、俺には牛しかない。あと何十年、少しずつ増やしていきたい。」と話してくれました。

部会はこれからも「安全安心な肉をおいしく食べてほしい。海外の人にも日本のおいしい肉を食べてほしい。」という思いを持って、活動していきます。

最後に一言『人は1人では生きていけない。周りの人々と意見交換して何事も日々勉強しながら頑張っていく。』と力強い言葉をいただきました。



夕暮れパーティーの様子



牛たちのエサになります



# たんぽぽだより

## デイサービスもやい 「秋の大運動会」



せんせーい、私たち二人、正々堂々とプレーすることを宣言。

鉢巻をカッコ良く締めて右手を挙げてせんせーいで運動会の始まりです。

人気があるのはパン喰い競争です。落ちたら大変、袋の中のパンに向かってまっしぐら、ゲットしました。美味しくいただきます。

玉入れ・鯨釣り等“もやい”ならではのプログラムでした。

大賑わいの運動会でした。運動会弁当は配食さんより心のこもったグランドランチ〔?〕大満足です。勿論、美味しかった。

せんせーい!



通所介護大池  
支えあつての宣誓



## デイサービスあおぞら

### 「山都警察署と 山都町総務課防災主幹による交通ルール指導」

#### 歩行者のみなさんへ

- ・横断歩道を横断しましょう
- ・明るい服を着ましょう
- ・シニアカーも横断歩道を横断しましょう
- ・夜間は反射材を使って歩きましょう



#### 高齢ドライバーのみなさんへ、運転は

- ・前方をよく見て脇見しない
- ・制限速度で
- ・早めの点灯
- ・ライトは基本ハイビームです
- ・思いやり
- ・横断歩道付近では減速を心掛ける



身近なお話でした。みなさんこれ以上の真剣さはないと言うほどの顔で聞いておられました。運転するのに自信がなくなったら早めに免許証の返納をしましょうか。

## 通所・サポートセンター虹 「消防避難訓練」

10月22日(木) デイサービスは14:00から、有料老人ホームは17:00から消防避難訓練を行いました。いずれも厨房からの出火という想定で避難誘導し、無事に避難完了しました。

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。皆様も火の用心を心掛けお過ごし下さい。



何かご相談があればJAへ!  
ケアマネージャーがあなたに寄り添いサポートします。

JA上益城居宅介護支援事業所 ☎0967-73-1253  
虹のかけ橋 ☎096-234-0009

資格をお持ちの方はもちろん、福祉の仕事に興味のある方、各事業所で一緒に働いてみませんか? まずは、お電話下さい。

JAかみましき 福祉センター ☎0967-73-1211



# 各部からのお知らせ



## 共済部

事故のときは、冷静な対応と速やかな連絡を心がけましょう!

平日、土、日、祝  
8:30~17:00

共済部 自動車査定課

☎096-234-1311

夜間・  
休日は

(JAの  
営業  
時間外)

フリーダイヤル  
安心サービスを  
ご利用ください。

事故等の  
場合には

JA共済 事故受付センター

ジコはクミアイ

☎0120-258-931

夜間休日  
現場急行サービス

JAの営業時間外にJA共済事故受付センターへご連絡いただいた事故について、ALSOKの対応員が事故現場に急行し、事故状況の聞き取り等を行います。

夜間休日  
初期対応サービス

JAの営業時間外にJA共済事故受付センターへご連絡いただいた事故について、初期対応専任のスタッフがご利用者さまからの相談対応や相手方への迅速な対応(事故受付の連絡・修理工場への連絡・代車の手配等)を行います。

休日契約者  
面談サービス

JAの営業時間外にJA共済事故受付センターへご連絡いただいた事故について、休日面談専任のスタッフがご利用者さまを訪問し、事故に関するご質問・ご相談に親身にお応えします。

レッカー移動や故障時  
の応急対応は

JA共済 サポートセンター

レッカーサービスはクミアイ

☎0120-063-931

レッカーサービス※

24時間365日受付

事故または故障により自力走行不能となった場合に、レッカー車で現場へ急行し、最寄りの修理工場等までお車をけん引します。

ロードサービス※

24時間365日受付

故障・トラブルにより自力走行不能となった場合に、対応業者が現場へ急行し、お車の応急対応を行います。

※事前にJAまたはJA共済サポートセンター(JA共済事故受付センター)に要請された場合に本サービスの対象となります  
(ご自身で手配された場合は本サービスの対象外となります)。

※携帯電話・PHSからもご利用いただけます。  
※サービスのご利用にあたっては一定の条件があります。

あなたのお車の修理はJA共済自動車指定工場におまかせください!

(有)中林钣金塗装工場

〒861-3102

熊本県上益城郡嘉島町大字下六嘉3816-1

☎096-237-0529

矢部車輛センター

〒861-3516

熊本県上益城郡山都町千滝9-2

☎0967-72-1349



～特典～

代車の無料貸し出し・引取・納車サービス・車内清掃・洗車サービス

「信頼」と「技術」をモットーに JA共済





# 冬期特別貯金運動

## JA貯金

# 農畜産物消費拡大 応援運動

令和2年 11月16日(月) ▶ 令和3年 1月29日(金)



### 特典

【定期貯金】10万円以上期間1年以上の方 総合口座定期と通帳式定期のみ

【定期積金】30万円以上期間2年以上の方 口座振替のみ

#### ① JAかみましき商品券を抽選でプレゼント!

- JAかみましき商品券 5,000円 75本
- JAかみましき商品券 3,000円 90本
- JAかみましき商品券 2,000円 135本

※当選は1名様1回限りとし、複数当選は認めない。

計300本



#### ② 新規口座開設時に、「JAカード一体型」または「個人ID」を同時に申し込み頂いたお客様へ1,000円の商品割引券プレゼント。

#### ③ JAかみましき産 矢野茶(100g×2セット)をもれなくプレゼント!

#### ④ JAバンクキャラクター よりぞうグッズ「エコバッグ」(数量限定)。

県内19カ所のJA直売所で  
ご利用されると、

**毎日5%割引**になる

JAカードも、JA窓口にて  
申込受付中です!

\*既に当JAにお預け入れいただいている定期貯金解約後の新規ご契約は、キャンペーンの対象外となります。

## 購買部

### 六嘉給油所



嘉島の六嘉給油所に洗車機が入りました! たくさんのご利用お待ちしております!

### 嘉島支所購買店舗



嘉島支所購買店舗の内装が新しくなりました!

# おせちの予約が始まりました

今年も「招福おせち」の予約が始まりました。11月末までにご予約された方に「矢部茶」の3種セットをプレゼントいたします。予約締切日は12月14日までとなりますので、ご予約お待ちしております。

お問い合わせ・ご注文は

よかよか「まかみまき

JAかみましき清和加工所

TEL 0967-82-2421 FAX 0967-82-3112

〒861-3812 熊本県上益城郡山都町鶴ヶ田2851

# 招福おせち

## 数量限定

ご予約受付日 商品お届け日  
12月14日まで ▶ 12月27日より

※手づくりのみ、数量限定です。お早めにご予約ください。  
※締切日での品切れの際はご容赦下さい。

※レトルト(個別包装)にてお届けします。ゆで、日持ち致します。

上益城農協 清和加工所 謹製

矢部茶とお飾り付き

ご予約承り中

上益城農協 清和加工所 招福おせち

**12,000円**

(送料別・消費税込)

矢部茶

ほうじ茶 30g

煎茶 40g

玉緑茶 60g

11月末までの  
おせち早期お申込み  
の方には「矢部茶」  
の3種セットを  
もれなくプレゼント!

JAかみましき・清和加工所より  
今年も「招福おせち」をお届けします。  
山の幸、川の幸の食材を吟味し、心をこめて手作りしました。  
素材で、なつかしい味と毎年好評をいただいております。  
お正月、みんなの笑顔を一層引き立て福を招く。  
田舎のおせちをどうぞお召し上がりください。

盛付例

※写真はイメージです。季節は付属してありません。

## 理事会だより

### 第5回定例理事会

令和2年10月30日  
(本所 ホール)

#### 議事

- 一、令和2年度上半期決算の結果について
- 二、支所運営委員会の開催(案)について

理事会にて以上2の提案があり、すべて承認されました。

#### 報告事項

- 一、みのり監査法人令和2年度監査Ⅰ「期中監査①」の結果について
- 二、内部監査の品質に関する内部評価報告書について
- 三、内部監査結果について
- 四、令和2年度上半期事務ミス等の報告について
- 五、農機・自動車・日用品展示会開催について
- 六、冬期特別貯蓄運動について
- 七、自主点検結果について
- 八、JAかみましき不祥事再発防止策について
- 九、九オンスセンターへの株式有償譲渡について
- 十、9月末事業実績について
- 十一、行事経過及び行事予定について



## 12月のイベント

- 1 (火) 支所運営委員会 (矢部・清和) 13:30～
- 2 (水) 支所運営委員会 (御船・益城) 13:30～
- 3 (木) 支所運営委員会 (嘉島・甲佐) 13:30～
- 5 (土) 甲佐地区農機・自動車・日用品展示会 (本所) 9:30～15:30
- 30 (水) 仕事納め式



※新型コロナウイルスの影響により中止になる場合があります。  
 ※毎週水曜日はとれたて市場ポイント3倍デー

## 人事異動について

### (退職)正職員

令和2年10月31日付

氏名	所属部署	退職理由
石本 雅也	購買部農機・車輛課上益城車輛センター係	自己都合
松野 雄星	共済部自動車査定課自動車査定係	自己都合
野口 陸	営農部第3営農センター加工・農産課加工・農産係	自己都合

### (異動)正職員

令和2年11月1日付

氏名	新部署	旧部署	備考
藤 浩輔	共済部普及・LA渉外課 普及・LA渉外係	共済部普及・LA渉外課 普及・LA渉外係	試用職員期間満了
甲斐 美咲	益城支所管理金融共済課 管理金融共済係	益城支所管理金融共済課 管理金融共済係	試用職員期間満了
小林 恵	矢部支所購買課購買係	矢部支所購買課購買係	試用職員期間満了

### (異動)正職員

令和2年11月1日付

氏名	新部署	旧部署	備考
日隈 光治	清和支所購買課購買主任	営農部第3営農センター 園芸課園芸主任	
中曾 早紀	購買部生活燃料課 天昇院みふね係	総務部付	

### 組合員資格について

組合員の資格について、最近変更になられた方はいませんか？  
 例えば住所が変更になった、組合員名簿を変更（相続）したい、  
 正組合員から准組合員へ資格を変更したいなどです。JAへの連絡  
 がお済でない方や相談がある方は支所窓口へどうぞ。

### お詫びと訂正 JAかみましき広報誌11月号の訂正について

JAかみましき11月号の記事に誤りがありました。  
 お詫びして訂正いたします。

P7 (誤) 田中 貴士さん → (正) 田上 貴士さん



## もしもの時はお電話下さい

### 天昇院ましき



益城町惣領1414の2

TEL 096-289-1059

夜間 090-4982-1059

### 天昇院みふね



御船町御船948の1

TEL 096-281-1059

夜間 090-4982-1059

24時間対応しています 相談も随時受付中



## 自動車事故の時は お電話下さい

JAかみましき 共済部自動車査定課

096-234-1311

JA共済事故受付センター

0120-258-931

(24時間365日対応)

- ・事故受付とアドバイス
- ・夜間休日初期対応サービス
- ・夜間休日現場急行サービス
- ・休日契約者面談サービス 対応

JA共済サポートセンター

0120-063-931

(24時間365日対応)

- ・レッカーサービス
- ・ロードサービス 対応



# 今月の レシピ

## 今月は「大豆」レシピ!

### 大豆せんべい



材 料  
4人分

大豆……………カップ2杯  
サラダ油……………適量

A  
小麦粉……………カップ1杯  
砂糖……………大さじ1杯  
塩……………少々  
いりごま……………大さじ2杯

#### 作り方

- ①茹でた大豆をフードプロセッサーでペースト状にし、ボールに移してAを加えて耳たぶの硬さ程度になるまでこねる。  
※必要なときは水分調整をする。
- ②50円ぐらいの大きさに20個程度に平たく切り分け、フライパンにサラダ油を引いて中火で焼く。
- ③片面に焼き目がついたらさらに平たくし、もう片面も焼いたら完成。  
※お好みでしょうゆを塗っても美味しいです!

### 野菜豆



材 料  
4人分

大豆……………カップ2杯  
コンブ……………3枚 (1枚10cm程度)

A  
カボチャ……………200g  
サツマイモ……………200g  
コンニャク……………2分の1個  
ゴボウ……………1本  
干し椎茸……………3枚  
ニンジン……………2分の1本  
水……………カップ3

B  
しょうゆ……………大さじ6杯  
砂糖……………大さじ3杯  
みりん……………大さじ3杯

#### 作り方

- ①Aの材料を全て1cm、コンブは1cm幅にカットしておく。
- ②鍋にAと茹でた大豆を入れてBの調味料を加えて中火で20分程度煮る。
- ③火を止めてコンブを加えて3時間以上おいたら完成。

### ワンポイントアドバイス

栄養バランスが非常に良い大豆。様々な栄養成分が凝縮されており、大豆の約30%はたんぱく質です。この大豆たんぱく質は、必須アミノ酸がバランスよく含まれた良質なものです。血中コレステロールの低下作用や肥満改善効果等にも優れています。日本が世界の最長寿国になったのも大豆を良く食べられたからとされ世界からも注目されるようになりました。体にも良いので大豆を食べましょう!



お手軽おいしいレシピがたくさん!  
かみましきキッチンレシピはこちらのHPから→

JAかみましき

検索



熊本食の名人  
河原 君代