

特集

土壌分析を活用しませんか？



のよい食P

SDGs 耕そう、大地と地域の未来。

JA鹿本



園芸セット

**計量証明書 (土壌)**

検査番号: 2016-00000 受付日: 2017年 2月 8日 作成日: 2017年 2月 10日

農家名: 鳥之本 隆 住所: 茨城県 鹿嶋市 鹿嶋 3-1-1

検査項目: pH・EC・アンモニア態窒素・硝酸態窒素・リン酸・加里・石灰・苦土・塩基置換容量・塩基飽和度・リン酸吸収係数の合計11項目

**分析結果を元に個別説明**

**分析結果を元に施肥のご提案**

石灰、苦土の施用量をご提案

お客様相談窓口 0120-376-831

pH・EC・アンモニア態窒素・硝酸態窒素・リン酸・加里・石灰・苦土・塩基置換容量・塩基飽和度・リン酸吸収係数の合計11項目 主に多量要素の分析で通常施肥の見直しに。

完全分析セット

**計量証明書 (土壌)**

検査番号: 2016-00000 受付日: 2017年 2月 8日 作成日: 2017年 2月 7日

農家名: 鳥之本 隆 住所: 茨城県 鹿嶋市 鹿嶋 3-1-1

検査項目: pH・EC・アンモニア態窒素・硝酸態窒素・リン酸・加里・石灰・苦土・塩基置換容量・塩基飽和度・リン酸吸収係数の合計11項目 + 微量元素のマンガン・鉄・銅・亜鉛・ホウ素と堆肥投入目安と

**分析結果を元に個別説明**

**分析結果を元に施肥のご提案**

石灰、苦土、微量元素資材の施用量をご提案

お客様相談窓口 0120-376-831

園芸セットの11項目に加え微量元素のマンガン・鉄・銅・亜鉛・ホウ素と堆肥投入目安となる腐植を追加分析で、通常施肥の見直し+品質向上・生育改善に。

適切な施肥と土づくりがわかる!

土壌分析を活用しませんか?

「うまく作物が育たない」や「どんな肥料をどれだけ入れたら良いのかわからない」などのお悩みはありませんか? そんな方にお勧めしたいのが「土壌分析」です。

土壌分析は、畑や園地等の土壌の抱える問題点を把握して対策を考え、適正な施肥と土づくりのために行う調査です。持続的に安定して作物を栽培するためには、不可欠となります。



土壌分析を行うメリット

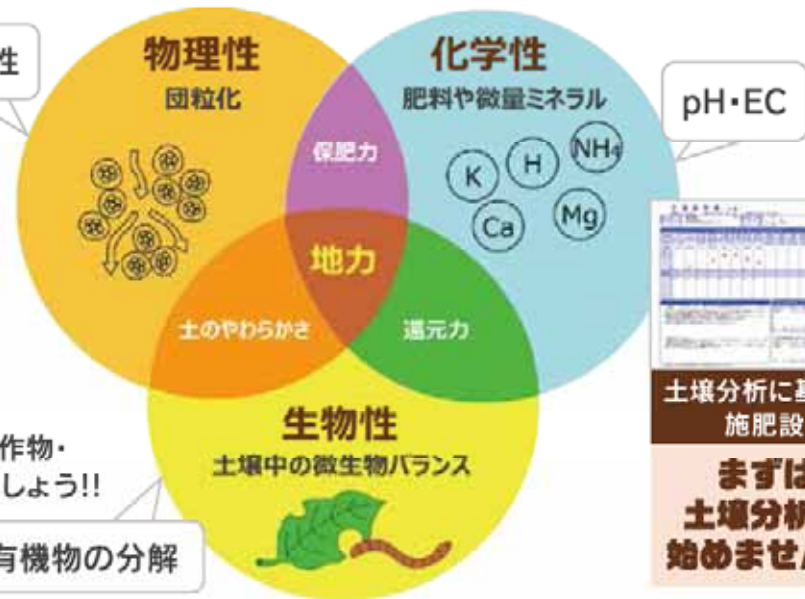
作物によって適正な土壌の状態は異なります。

土壌分析では、作物に応じた土壌養分の過不足が把握できます。基準より多い養分を減らし、少ない養分を増やして適切な土壌バランスに近づけることで、作物の収量・品質が向上します。また、肥料の投入量を見直すことができるので、施肥コストが削減できます。

土づくりのポイントは3つ

それぞれのバランスを把握して、作物・園場に適した土づくりを目指しましょう!!

有機物の分解



土壌分析に基づいた施肥設計

まずは、土壌分析から始めませんか?

このようなお悩みがあれば、土壌分析がおすすめ!

- ✓ 収量が低下してきた ⇒ 土の養分バランスを調べて改善しましょう!
- ✓ 作物の生育不良が気になる ⇒ 養分の過不足を確認し改善しましょう!
- ✓ ムダな肥料代をおさえたい ⇒ 適正な施肥を知り、必要量を施用しましょう!



生科研の「土壌分析」

- 精密に分析した結果を「計量証明書」という信頼のおける形で発行します。
- 土の乾燥、ふるい作業は不要です。
- 適切な施肥設計を行い、土の養分状態に合った施肥をご提案します。

組合員の皆さまへ

組合員資格に関して以下の事項に該当した場合は、最寄りの支所までご連絡ください。

- JAIに届け出ている内容に変更があった場合
- 氏名・住所・電話番号・組合員たる資格(正・准)の内容など
- 組合員の相続等が発生した場合 など

土壌分析を活用しませんか?

PHOTO REPORT

農作業メモ

旬の人

理事会・FM出荷者紹介

日本茶でリラックスティータイム

地域担い手育成センター

ペンリレー

台風・落雷シーズン前に「備え」をはじめませんか?

お知らせ

水代つなげ! 農業用電源の活用

地域の情報

お便りレシビ

頭脳に挑戦

18 17 16 15 14 13 12 11 9 8 7 5 3 1

## 「なすび記念日」に小学校へナス寄贈



植木町促成ナス部会は4月16日、植木町管内の小学校5校へナス計12ケース(1ケース4kg)を贈った。地元の子供達に旬のナスを味わってもらおうと、4月17日の「良いナスの日」にあわせて毎年実施している。

この日は熊本市立山東小学校で贈呈式が行われ、生産者3名が訪問。促成ナス3ケースを手渡した。同部会の恵義秋部会長は「今年も良いナスに仕上がった。おいしく食べてほしい」と呼びかけた。受け取った児童は「学校給食でおいしくいただきます」と感謝の言葉を述べた。

## 青年部、第38回通常総会を開催

青年部は4月22日、第38回通常総会を熊本市で開いた。各支部役員のほかJA役員ら35名が出席。令和7年度事業報告のほか、令和8年度事業計画など3議案が承認された。

令和8年度は組織の更なる発展に向けて、JAグループおよび県青協等上部組織と連携しながら、新たな仲間づくりの推進および地域農業の活性化に向け「ポリシーブック」を活用した政策要請活動に積極的に取り組むことを決めた。



あいさつする上野部長

## 女性部総会を開催

女性部は4月27日、第38回通常総会をJA本所で開いた。役員やJA役員約70名が出席。令和7年度活動報告および令和8年度活動計画など4つの議案が審議され、原案どおり可決、承認された。役員改選では、部長の古川由紀子さんと副部長兼会計の大木恵美子さんを再任、新たに清泉清美さんを副部長に選任した。令和8年度は「JA全国女性組織協議会3カ年計画」の実践2年度にあたり、「助けあい♡」「学びあい♡」「育てあい♡」を活動重点テーマとして、出会った多くの仲間や理解者と共に「あい♡」があふれる元気な地域づくりを目指す。



あいさつする古川部長

## JA共済普及推進大会開催

4月17日、JA共済連熊本主催の「令和8年度JA共済普及推進大会」が熊本県立劇場で開かれた。県下JA役員約500名が出席して、令和8年度共済事業に丸ごと取り組むことを確認した。令和7年度の優績JA表彰では、山鹿支所のスマイルサポーター島田香織さんが自動車共済グレードアップ「件数部門」で県下3位に輝いた。

熊本地震から10年を経て、中止となった「平成28年度普及推進大会」の表彰も行われ、山鹿支所手島秀隆さんが総合LA優績者として表彰を受けた。



手島さん



島田さん

## 一番茶出荷始まる



4月22日よりJA茶加工場で一番茶の集荷・製造が始まった。令和8年産は天候に恵まれ、生育が前進。遅霜の影響もほとんどなく高品質な茶葉に仕上がった。総出荷量は85トンを見込んでいる。

同加工場で製造された緑茶やほうじ茶は、山鹿市鹿北町にある茶販売所やJA直売所ほか、JAオンラインストア等で常時販売している。新茶は5月下旬から順次販売予定。



加工場へ持ち込まれた生葉



## スイカ祭り



ファーマーズマーケット夢大地館と植木支所特設会場で、4月25日から5月8日までの14日間、「スイカ祭り」が開催された。

会場ではJA園芸部会女性部による対面販売やスイカの重量当てクイズなども行われ、期間中は旬の味を求めて県内外から多くの来場者が訪れた。



## FM夢大地館会員協議会役員総会を開催

ファーマーズマーケット夢大地館会員協議会は4月23日、熊本市で通常総会を開き、協議会役員およびJA役員ら15名が参加した。令和7年度事業報告、令和8年度事業計画・収支予算の2議案を可決、承認した。

令和8年度は農畜産物や加工品の供給体制の強化など4つの重点目標を掲げ取り組むほか、次世代を担う出荷者の募集を進めるなど、将来に向けて組織力の強化を図る。



## 筍加工場本格稼働

JA筍加工場(鹿北町)では、4月9日から水煮筍の製造が本格的に始まった。令和8年産は約400トンを見込みに集荷し、製造する。

生産者から受け入れた筍は、まずボイルして皮を剥いた後、一斗缶へ詰めて冷蔵庫で保管。その後、缶から取り出して大きさに仕分け、整形し、規格ごとに詰詰やパック詰めを行い、7月上旬より随時出荷する。ファーマーズマーケット夢大地館やオンラインストアでも販売する。



- ①飼養管理
  - ・密飼いを避ける
  - ・スプリンクラーなどによる冷水の噴霧
  - ・バリアンでの毛刈り
- ②飼料給与
  - ・涼しい時間帯の給餌
  - ・新鮮で冷たい水の給与
  - ・残飼の除去と飼料の腐敗防止
- ③畜舎環境
  - ・直射日光の遮断 (緑のカーテンや遮光ネット、よしず等)
  - ・畜舎屋根の断熱・冷却 (ペンキや石灰による白色塗装、断熱材設置、散水等)
  - ・畜舎の通風換気 (送風機・細霧システムの活用による空気の流れ確保)
  - ・衛生害虫の駆除 (消毒・殺虫剤等)

【対策の具体例】

①送風

風速により体感温度は変化します(図1)。気温に応じて風速を調整しましょう。インバータを利用することで電気代の低減になります。また、風速2m以上では吸血害虫の被害を抑制する効果があります。

図1

風速(m)	体感温度
0.5	-4℃前後
1.0	-6℃前後
2.0	-9℃前後

②栄養管理

発汗、排尿により塩分の要求量が上昇するため、塩や重曹を増給しましょう。ビタミン欠乏症の牛には、ビタミンA含有飼料や添加剤により、食欲回復を促しましょう。

③毛刈り

牛の汗腺は肩から首にかけて多いため、上半身を中心に細霧や毛刈り、送風を行うことにより効果がアップします。



菊について

夏秋菊に関しては、9月彼岸用の定植がはじまっている状況です。今後については、高温に注意し換気の徹底をお願いします。精の一世代については、立枯れ予防のため排水対策を図り少量多回数での灌水を心掛けてください。病害虫では、スリップス、ヨトウムシなどが増加していますのでローテーション散布での防除の徹底をお願いします。

※安定した菊生産のためには苗の確保が重要になります。苗・挿し穂の過不足がある方は早めにJA指導員まで連絡をお願いします。

洋花類について

洋花類に関しては、6月は高温多湿で灰色カビ等の病気の発生やヨトウムシ等の害虫の被害に十分注意し、定期的な予防散布をお願いします。クレームの発生がないように、より一層の選花徹底をお願いします。

土作りについて

前作終了後は、土を乾燥させないように適度に灌水を行ってください。ビニールハウスではビニール被覆を除去し、雨に当てるなどの対策をとってください。さらに完熟堆肥や野草(かや)等の有機物の投入、太陽熱消毒、土壌消毒を実施し、土壌分析に基づいた施肥設計をし、施肥・定植までの準備を早めに行ってください。



防除・施肥管理

品目	栽培管理	農薬名	倍数	対象病害虫
みかん	【摘果】 粗摘果の時期になります。極早生は6月上旬、早生・普通は6月下旬が目安です。着果量にあわせて摘果の強弱をつけましょう。 【マルチ】 圃地の土壌条件を把握したうえで極早生は6月上旬～下旬を目安に被覆を行ってください。	アクセルフロアブル	2,000倍	ゴマダラカミキリ
		アグリメック	2,000倍	アザミウマ類
		エムダイファー水和剤	600倍	黒点病
デコポン	小玉を作らないためには早期粗摘果が重要です。2次生理落果が終了次第、内椀の果実を中心に摘果を行いましょ。カルシウム剤は果皮強化のために年数回の散布が必要です。	トランスフォームフロアブル	1,000倍	カイガラムシ類
		トランスフォームフロアブル	1,000倍	カイガラムシ類
		ジマンダイセン水和剤	600倍	黒点病
		シューシーカル	1,000倍	体質強化
		アピオンE	1,000倍	展着剤
梨	・1㎡あたりの着果目安 幸水:12果 豊水:11果 新高:7果 あきづき:9果 ・輪紋病多発園ではストロビーDF 2,000倍(前日、3回)を追加散布してください。カメムシが多い場合は、スタークル顆粒水溶剤(前日、3回)を追加散布してください。	アグリメック	2,000倍	サビダニ
		フロンサイドSC	2,000倍	黒星病・輪紋病
		バリアード顆粒水溶剤	2,000倍	シンクイムシ等
		オキシラン水和剤	500倍	黒星病・輪紋病
		ナリアWDG	2,000倍	黒星病等
柿	果実が小さいもの、病害虫果実形が乱れているもの、ヘタが小さいものを摘果しましょう。	サムコルフロアブル10	5,000倍	シンクイムシ類
		コルト顆粒水和剤	2,000倍	カイガラムシ類
		スコア顆粒水溶剤	3,000倍	炭そ病等
栗	若木など防除が必要な場合に散布又は塗布しましょう。パダンSG水溶剤を散布する場合、早生品種をお持ちの方は6月中旬ごろに散布を行いましょ。	アクタラ顆粒水溶剤	2,000倍	コナカイガラムシ等
		パダンSG水溶剤	1,500倍	ネズジキノカワガ

※農薬使用・混用について不明な点がございましたら、JA指導員もしくは営農センターにご相談ください。



【小麦】

◆小麦の適期刈取

播種時期の違いなどにより、圃場によって生育にバラつきがあるものの、本年産の小麦については概ね順調に生育しています。準備を万全に整え、適期刈取りに努めましょ。

小麦の適期刈取時期と水稲植付け前の管理について



1. 収穫適期は子実の水分が25%以下の時です。目安は、成熟期(穂首部分が黄化し穎が枯れ、粒は緑色が抜け、ツメ跡がわずかにつく、ほぼ“ろう”くらいの硬さになった時期)から4~5日後です。
2. カラスノエンドウ、ヤエムグラ、ママコノシリヌグイなどは、種子の粒厚が厚く選別が困難なため、必ず抜き取りを行ってください。
3. 使用する機械類の清掃を徹底し、異品種混入等を未然に防止してください。
4. 倒伏した場合は品質が悪くなりますので、その部分は別刈りしてください。

◆雑草の写真



【水稲】

◆水稲元肥の施肥時期と圃場の均平の必要性

1. 水稲の元肥は移植の7~3日前に施用するのが理想的です。(施肥から移植までの期間が長いと、窒素の溶出が早くなり、整致、穂数ならびに窒素吸収量が少なく推移します。)
2. 均平精度を高めると、圃場内の水深のムラが小さくなり水管理がしやすくなります。
3. 水深の浅い部分や田面が露出した部分は除草剤効果が不安定になります。

◆代かきを均平にするポイント

- POINT 1. 代かきよりも運土量が多いのは、耕起・耕耘です。耕起・耕耘作業の段階で均平を図る方法が有効です。
- POINT 2. 代かき作業では運土量が少ないので、あくまで局所的な高低差を小さくすることを心掛けましょ。

水田からの濁水流出低減にご協力をお願いします!!

近年、農業濁水が河川に入り込み河川環境への影響、特に魚類への影響が大きくなり深刻な事態となっています。田植え時期に入り、河川への濁水流出低減にご協力をお願いします。

特に以下の事項についてご注意をお願いします

1. 代かき作業時、水田流入水量を少なくし排水口には土盛りなど濁水を極力減らすなどの対策
2. 浅水(土面が70%~80%程度見える)状態での代かき
3. あぜ塗り(補修)などの漏水防止



園芸



西瓜

ハウス内は高温となりますので、ハウスの両側換気を必ず行い、ハウス内が蒸れないようにしてください。夜間も15℃以上ある場合は、ハウスを開放してください。

わき芽の整理は株元~着果節位付近までは必ず行い、ツル先の草勢に応じてわき芽の整理をしましょ。特に、降雨の翌日は草勢が強くなる可能性があるため、わき芽を取り除き過ぎない様に管理してください。萎れ防止にはプロテックα(500倍)を午前中に葉面散布してください。

メロン

育苗時期は、ハウス内外の害虫進入防止対策(苗床は紫外線カットフィルムや粘着トラップ等、本圃は防虫ネット【0.4mm推奨】・谷・サイド)を実施し、定植2~3日前には株元付近へ粒剤処理を行ってください。

栽培管理は西瓜同様に換気を徹底し、今後交配となる作型は定植から交配まで30日以上かけて、樹作りを行ってください。肥後グリーンについては水切れしないように少量多回数の灌水を行い、表面を開放し通気性を高めてください。

アスパラガス

茎枯れ病・斑点性病害の発生抑制のため、予防防除の徹底をお願いします。また、高温期対策として表面を開放して通気性を高めてください。

病害虫や獣害対策

瓜類の病害虫について、この時期はコナジラミ類・アザミウマ類・アブラムシ類・うどんこ病が多発する時期です。早期防除で、薬剤抵抗性につかないように農薬をローテーションしながら散布してください。

アスパラガスについては、斑点病とアザミウマを重点的に防除してください。獣害対策については、イノシシやタヌキなどは隠れる場所(ヤブや荒地)や食べ物がある場所に近い圃場を狙ってきます。防風樹がある場合は、地上部から高さ60cmぐらいまで刈り込み、ヤブから圃場までの間隔を2~3m以上空け(草刈も含む)獣が見えるようにしましょ。圃場の周りやハウス内に野菜の残渣を捨てないことが重要です。

また、自動点滅のライトやラジオを一日中作動させたり、動物の嫌がる臭いをケモノ道にかけるといった様々な方法がありますが、必ず慣れてきますので対策を変えなければなりません。最も有効な対策として、電気柵があります。

表紙の紹介  
旬の人

新農業人!!  
JA鹿本地区担い手育成センター4期生  
有田 和史さん(24歳)



住所 熊本市北区植木町

栽培面積 春スイカ40a、秋スイカ20a、  
水稲6ha、WCS53a



和史さんにインタビュー  
i n t e r v i e w

農業を始めたきっかけは  
農業を営む祖父父母を見て育ち、自分も農業に関わる仕事に就きたいと思っていました。農業高校卒業後は法人でミニトマトの栽培を学び、その後独立を目指してJAの担い手育成センターに入所、20歳で就農しました。現在は父とともに、スイカと水稲の栽培に励んでいます。

担い手育成センターの研修を終えて

就農して4年目を迎え、春は大玉スイカを栽培しています。ナスやアスパラガスなどにも挑戦しましたが、自分にはスイカの栽培が合っていると感じています。  
スイカの交配、芽かぎやツル引きなど、一つひとつが手作業で作業が集中する時期もありますが、家族の支えもあり効率よく作業が進められるようになりました。また、天候によっても栽培管理を変える必要があります。高品質なスイカ作りを目指して日々試行錯誤を重ねています。

今後について

昨年から青年部にも加入しました。小学校での食育活動や盟友との勉強会などにも積極的に参加し、先輩農家との交流を通じて知識の幅を広げています。  
農業は客観的に見れば大変だと思われていますが、消費者に「美味しい」と言ってもらえることが最大の喜びであり、また頑張ろうという気持ちにもなります。農業従事者が減っていくことに危機感がありますが、自分達のような若手が頑張ることで、農業に興味を持ってくれる人が少しでも増えたら嬉しいです。  
将来は、メロンやキュウリなどの栽培にも挑戦してみたいです。



西岡組合長よりメッセージ  
有田君は園芸部会や青年部に所属し、仲間との交流を通して技術の向上に努めるなど、積極的に学ぶ姿勢や指導の助言を素直に吸収する姿が印象的でした。また、園芸部会では山本支部(下色出区)の役員を務めるなど、地域活動にも積極的に関わり、活動の幅を広げられています。  
今後は規模拡大も視野に入れながら、地域農業の担い手として更に活躍されることを期待しています。

第1回理事会

令和8年4月24日(金)開催

- 〈定例業務報告〉
- 第1号議案 和7年度決算及び剰余金処分量について
- 第2号議案 令和8年度の余剰金運用について
- 第3号議案 第37回通常総代会の招集及び協議事項について
- 第4号議案 資金の貸出について
- 第5号議案 年度末賞与の支給について
- 右記5議案について審議され、原案通り承認された。
- 報告事項
- ①第40期熊本本広域福祉センターの決算及び利益処分について
- ②余剰金の運用状況について
- ③固定資産の取得及び処分について
- ④組合員の加入及び脱退の状況について(四半期)
- ⑤事務リスク管理規程に基づく報告について(半期)
- ⑥利益相反取引の定期報告について(半期)
- ⑦子会社の監査報告について
- ⑧「反社会的勢力等との取引排除にかかる対応事務手続」に基づく報告について(四半期)
- ⑨金融円滑化にかかる条件変更対応状況の報告について(年次)

ファーマーズマーケット夢大地館



出荷者紹介

★お名前 青木 淳・春美さん  
★お住まい 熊本市北区植木町(吉松)

★出荷する品目

- ・ベビーリーフ、葉物(周年)
- ・ネギ(11月上旬~3月下旬)
- ・玉ねぎ(4月下旬~5月下旬)
- ・スイートコーン(5月中旬~6月上旬)
- ・スナップエンドウ(11月下旬~4月下旬)
- ・キュウリ(5月下旬~8月下旬)

★商品の特徴

スナップエンドウは昨年初めて栽培しましたが、灌水や追肥などの管理を徹底したことで、美味しく仕上がりました。ベビーリーフなどの葉物野菜も、柔らかくて美味しいと好評いただいています。

★おすすめの食べ方は?

ベビーリーフや葉物はサラダがおすすめで、お好みのドレッシングでお楽しみください。スナップエンドウは塩茹でや天ぷらはもちろん、炒め物や中華丼などに加えると彩りも良くなります。

★農産物に対する思い・こだわり

土づくりを大切に、施肥や灌水などの管理を徹底しています。作物にストレスを与えないよう、丁寧な栽培を心がけています。



★消費者の方にメッセージ

安全・安心を第一に、これからもお客様に「美味しい」と言って頂けるよう、心を込めてお届けします。

お知らせ | ファーマーズマーケット夢大地館では、出荷していただく方を随時募集しています。ご興味のある方はお気軽にお電話ください。お問い合わせ先 0968-42-0141

# 日本茶で リラックス ティータイム

忙しい毎日に、  
ほっとひと息つける時間はありますか？  
日本茶の香りや味わいに癒やされながら、  
心も体も休まる時間を楽しみましょう。



## 疲れた脳をリラックス

### テアニン

茶葉に多く含まれるアミノ酸の一種で、うま味や甘さの主要成分。テアニン摂取後30〜40分で脳がリラックスした状態になり、その効果は約2時間持続するといわれています。

## ストレスや疲れの回復に

### ビタミンC

ストレスの緩和や疲労回復、生活習慣病の予防や免疫力の向上などに効果があるといわれています。また、抗酸化作用があり、シミやしわ予防、肌荒れの改善にも効果が期待できます。

## 自律神経を整えリラックス

### 香り

緑茶、特に新茶で感じられる若葉の香り成分「青葉アルコール」や、緑茶を熱したときの香ばしい香り成分「ピロール」「ピラジン」が自律神経を整えてくれるといわれています。

# 日本茶の癒やしパワー



## 眠気を覚まし能率アップ

### カフェイン

苦味をもたらすし、覚醒作用がある成分。お茶はカフェインとテアニンの組み合わせにより、仕事や作業中に飲んでも眠気を誘わず程よくリラックスし、能率を上げることができます。

## さまざまな健康効果

### カテキン

ポリフェノールの一種で、苦味や渋味の主成分。免疫力向上・抗アレルギー作用がある「エピガロカテキン」や、血圧を下げ血糖値を抑制する「エピガロカテキンガレート」などがあります。

## 八十八夜は緑茶の日

二十四節気の「立春」から数えて88日に当たる八十八夜が茶摘みの最盛期であることから、同日に緑茶の日が制定されました。2026年の場合は5月2日です。この日に摘んだ新茶を飲むと病気にならず長生きするといわれています。

# 水出しとお湯出しを使い分けて

## リラックス効果アップ!

お茶は温度により抽出される成分の量が変わります。うまく使い分けると、1日の中で上手に緊張をほぐしたり、仕事などの能率をアップさせたりできます。

## 夜のリラックスタイムに 水出し緑茶



渋味とカフェインが少なくまろやかに  
テアニンやビタミンCを多く抽出  
免疫力を向上させ、抗アレルギー作用のある成分が多く抽出される

### こんなときにも

- 良く眠りたいときに
- ストレスの解消に

### 入れ方

- 1 水道水1Lは一度沸騰させ、カルキ臭を飛ばして冷ます
- 2 ボトルに①の水と茶葉10g(約かさじ2・3人分)を入れる
- 3 冷蔵庫で2〜3時間抽出する



## 仕事や作業のリフレッシュに お湯出し緑茶



香りがよかつつ  
カフェインを多く抽出  
血圧を下げ、血糖値を抑制する成分が多く抽出される

### こんなときにも

- 能率を上げたいときに
- 運動後の疲労回復に

### 入れ方

- 1 水道水400mlを一度沸騰させ、カルキ臭を飛ばす
- 2 沸騰後は火を止め、少し冷まして適温にする(番茶・ほうじ茶:熱湯/煎茶:約70度/玉露:約50度)
- 3 急須に②の湯と茶葉10g(約かさじ2・3人分)を入れる
- 4 湯を注ぐ際は、湯のみへ均一に行き渡るよう回し注ぐ
- 5 最後の一滴まで注ぎ切る



## 茶葉の保存方法

茶葉は温度や湿度、酸素や光の影響で変質しやすく、周囲においも吸収しやすいので、密閉できる容器に入れて直射日光を避け冷蔵庫で保存します。量が多い場合は、10日分程度を目安に小分けにすると良いでしょう。

お茶は鮮度が命!  
未開封のものも  
早めに開封して  
飲み切ろう



## 茶殻で身の回りを

### キレイにして リフレッシュ

お茶を楽しんだ後に残る茶殻は掃除などに活用できます。

**お掃除に**  
水気を絞った茶殻を床にまき、ほうきで掃除する。茶殻がほこりを吸着し効率良く掃除ができる



### 消臭

ティーバッグなどに入った茶葉をそのまま乾燥させて靴箱などに、消臭効果に期待



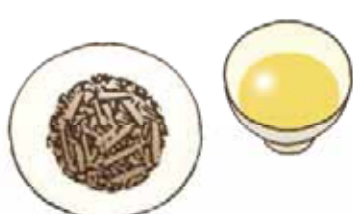
## さまざまな日本茶



茶の湯の主役

### 抹茶

20日ほど日光を避けて育てた茶葉をそのまま乾燥させ(てん茶)、茶臼などで挽き細かい粉末にしたもの。海外でも注目されている



優しい香りが特徴

### ほうじ茶

番茶などを褐色になるまで強火で焙煎して作られるお茶。ほのかに甘い香りとさっぱりとした味わいが特徴で食後などにおすすめ



炒った米の香りが特徴

### 玄米茶

白米や玄米を蒸して乾燥させ、炒ったものを茶葉と同量程度加えて作られる。香ばしい香りとさっぱりとした味わいが特徴



最高級の日本茶

### 玉露(ぎょくろ)

最初の新芽が伸び出した頃から20日程度、日光を避けて栽培した葉。甘く豊かな香り、うま味が強く、苦味や渋味が少ない



家庭用として親しまれる

### 番茶(ばんちゃ)

伸び過ぎた芽や遅い時期に摘んだ葉などから作られる。ペットボトルのお茶の原料などにも多く利用される。苦味が少なく飲みやすい



日本茶の代表

### 煎茶(せんちゃ)

一般的に飲まれている緑茶。摘み取った茶葉を蒸してもみ、乾燥させて作られる。爽やかな香りとうま味、渋味が特徴

JA青年部 櫻井 翔太さん

質問コーナー

Q 農業を始めたきっかけは?

就農2年目です。以前はディーラーに勤めていましたが、将来は、家業を継ぐと決めていたので、担い手育成センターでの研修を経て、就農しました。

Q 農業の楽しいところは?

スイカは収穫が一回きりのため、無事に収穫を迎えられた時はホッとすると同時に達成感があります。自分が作ったものを「おいしい」と言ってもらえると次への意欲にもつながります。



■支部名 菊鹿地区  
■生産品目(面積) スイカ20a、ナス10a、水稲110a  
■趣味 自分に合うキャップ探し



Q 農業で大変なところや気を付けていることは?

妥協せず、作物をよく観察することを大切にしています。不安や疑問に思ったことはそのままにせず、すぐに指導員へ相談するようにしています。

Q JA青年部に入って良かったことは?

横のつながりができたことです。ビニール被覆などで手が足りない時には助け合い、気軽に何でも相談できる仲間の存在はとても心強いです。

Q 今後の目標や「夢・希望」

まずは安定した収量が出荷できるようになることです。今後は、スイカやナスだけでなく、周年で出荷できる野菜の栽培にも挑戦したいです。

JA女性部 上田 フミエさん

質問コーナー

Q 今ハマっていることは

毛糸で帽子を編むことです。主に自分用に作っていますが、たくさんできたら知人にもプレゼントしたいです。

Q 食や農業に対する思いや日頃感じていることは?

地球温暖化や世界の紛争により、食糧事情の悪化に不安を感じています。安全・安心な国産食料の自給率を、60%くらいまで引き上げて欲しいと思っています。



■支部名 鹿本町支部  
■生産品目(面積) 家庭菜園、季節の野菜を少々  
■趣味 山歩き(低登山)・読書



Q JA女性部活動を通じて良かったこと、今後やってみたいことは?

他地区の方と知り合う機会が増え、楽しく活動しています。女性部の「100歳いきいき体操」も5年以上続けており、体調も良くなりました。今後、機会があれば、TRFのSAMさんが開発された高齢者向けのリズムダンスにも挑戦してみたいです。

Q 「私のいきがい」農業、JA女性部活動、家族に対する思いなど

これからも山歩きを楽しみながら、女性部活動にも積極的に参加して、知識や視野を広げていきたいです。



地域担い手育成センター



JA鹿本では、就農希望者の受け入れから育成、そして定住就農までを一貫して支援する「JA鹿本地域担い手育成センター」を平成30年7月に開設しました。JA鹿本独自の育成プログラムに基づき、実践的な研修を行うことで、次世代の地域農業を担う人材の育成と生産基盤の維持・拡大を図っています。

これまでに28名の新規就農者を輩出しており、現在は第8期生3名が明日の農業経営者として研修を行っています。

第8期生 研修をご紹介します

JA鹿本のセンター長および常駐する技術指導員と関係機関の講師が栽培技術をはじめとした研修・指導にあたります。また、農業経営に必要な基本的な知識習得のための座学においては、JA鹿本農業経営事業運営協議会会員(県・市・JAグループ)のほか、関係機関の専門担当者が実施します。

さらに、研修修了後も、JA鹿本営農指導員が農業経営の継続に必要な技術指導や経営相談を総合的に支援し、安心して就農できる体制を整えています。

この時期の作業

- ・スイカの交配
- ・スイカの着果標示・玉直し
- ・ナス、ミニトマト収穫

スイカの芽つみ、つる引き作業



ナスの収穫作業



スイカの着果標示

今後の主な研修・作業

- 座学 ・農業簿記  
・青色申告説明  
・マーケティング論  
・選果場視察
- 作業 ・スイカ収穫  
・ナス、ミニトマト片付け  
・加温機メンテナンス
- その他 ・管内生産者ほ場視察など

協伸化成株式会社

～農業用ハウスフィルム加工  
プラスチック製品製造～

本社工場 熊本県山鹿市鹿本町分田 332  
TEL 0968-46-5246 FAX 0968-46-4722  
成形工場 熊本県熊本市北区植木町宮原梅木 422-3  
八幡工場 熊本県山鹿市 793

大切な真心を  
迅速・安全・確実に

株式会社 新九州運輸

〒861-0131  
熊本県熊本市北区植木町広住287-1  
TEL (096) 272-6550



株式会社 らくのう運輸  
Rakunou Unyu  
熊本県菊池市泗水町豊水1216-2  
TEL 0968-38-6300 FAX 0968-38-6303

IKEX 果物・野菜・食品用バック製造・販売  
農業資材全般

株式会社 イケックス。  
九州支店

〒861-0127 熊本県熊本市北区植木町豊甲2169-1  
TEL (096) 272-1871  
FAX (096) 272-1846  
E-mail: ikex-kyushu@asahi-net.email.ne.jp

# お知らせ

毎日の暮らしに役立つ情報をお届けします！

**JA SS**  
**ワイパーキャンペーン実施中**  
 実施期間：6月11日～7月31日  
 キャンペーン時期  
 通常860円/本 ⇒ **750円/本**  
 ワイパーを交換して、視界スッキリしませんか？  
 1年に1回交換することをおすすめいたします。  
 ※詳しくはスタッフまでお声かけください。  
 用益SS・杉SS・鹿本SS・鹿本町SS・鹿央SS・鹿北セルフSS・植木セルフSS

## 水田の畔草を切るアルバイトに協力できる方を募集!

**仕事内容**  
 水田の周囲(畔)の草を刈払機を使って刈取る作業です。  
 刈払機の操作に慣れていなくても、実習型の講習会も予定しています!

**時期** 7～10月の午前中  
**場所** 山鹿市内の水田

※地域営農法人との連携協賛契約となり、雇用条件は法人ごとに異なります。詳しくは、下記までご連絡ください。

**問い合わせ先**  
 営農部 営農企画課 ☎0968-41-5146  
 熊本県鹿本地域振興局 農業普及・振興課 ☎0968-44-2120

## 組合員・利用者みなさまへ JA鹿本 農繁期における各事業所の休日対応について(ご連絡)

農繁期(6月)につきまして、休日も下記の時間営業いたします。

事業所名	連絡先	6月7日 (日曜日)	6月14日 (日曜日)	6月21日 (日曜日)	6月28日 (日曜日)
鹿機センター		営業時間 8:30～17:00まで			
北部農機センター	0968-44-1100				
中部農機センター	0968-46-5121				
南部農機センター	096-272-0371				
事業所名	連絡先	6月7日 (日曜日)	6月14日 (日曜日)	6月21日 (日曜日)	6月28日 (日曜日)
営業時間 8:30～17:00まで					
杉給油所	0968-43-5828	営業	休業	営業	休業
南島給油所	0968-43-5829	休業	営業	休業	営業
菊鹿給油所	0968-48-2224	営業	休業	営業	休業
鹿本町給油所	0968-46-5277	休業	営業	休業	営業
鹿央給油所	0968-36-3177	営業	休業	営業	休業
セルフ		6月中は定休日(毎週木曜日)も休まず通常営業いたします。営業時間:7:00～19:00まで			
鹿北セルフSS	0968-32-3132	通常営業いたします。営業時間:7:00～19:00まで			
植木セルフSS	096-272-6315	通常営業いたします。営業時間:7:00～19:00まで			

※情勢によっては、時間短縮営業もしくは休業させていただく場合があります。詳しくは、各事業所までお問い合わせください。

JA鹿本

# 台風・落雷シーズン前に「備え」をはじめませんか?



月々のご負担額に変更はありませんか?

契約の更新を迎えていませんか?

ご自身の保障内容をご存じでしょうか?

建物更生共済

むてきプラス



水害

地震

土砂崩れ

台風

### ポイント1 自然災害に強い!



火災や落雷はもちろん、水害や台風、地震などの自然災害による損害もしっかり保障します。

### ポイント2 共済掛金は10年間変わらない



近年多発する大規模災害にも安心して備えることができます。  
 ※5年満了契約を除きます。

### ポイント3 満期共済金がある



掛け捨てではありません。保障期間満了時に、満期共済金をお受け取りいただけます。

### ポイント4 様々な出費にも安心



残存物のとりかたづけに必要な費用や消化にかかった費用のほか、当面の生活に必要な費用等も保障します。

この資料は概要を説明したものです。詳細は「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」をご確認ください。

詳しくは、各支所共済担当へお問い合わせください。

登録番号:26431000133

もしも事故が起きたら **JA自動車共済** 加入の皆さまへ

**JA共済事故受付センター**  
 【24時間・365日受付】フリーダイヤル ☎0120-258-931  
 携帯電話通話可

**事故受付連絡先**

- 山鹿支所 0968-43-2336
- 鹿本町支所 0968-46-4111
- 鹿北支所 0968-32-3131
- 鹿央支所 0968-36-3121
- 菊鹿支所 0968-48-3121
- 植木支所 096-272-7112
- 本所 自動車査定課 0968-41-5137

受付時間 月曜日～金曜日:8時30分～17時  
 土曜日:8時30分～12時(本所のみ)

**株式会社 ハラタ**

本社・工場 〒838-0051福岡県朝倉市小田2129 TEL(0946) 22-2375  
 熊本営業所 〒861-0136熊本県熊本市北区植木町岩野169-1 TEL(096) 273-4511  
 営業所/甘木 朝倉 田主丸 筑後 佐賀 宮崎

新しい時代の物流サービスを。  
 Logistics Innovation Company

**九州産交運輸株式会社**  
 〒862-8635 熊本市南区流通団地2丁目20-3  
 http://www.sanko-unyu.co.jp/ TEL:096-377-2135  
 FAX 096-379-2692

トラック・コンテナ・航空便 あらゆる輸送方法でお届けします

**NEX**  
 NAGAI EXPRESS

## 警察署より

### 一灯点滅式信号機の撤去について

山鹿警察署管内に設置していた2箇所の「一灯点滅式信号機」(赤色点滅は一時停止、黄色点滅は注意)は、通行ルールを知らないことや設置場所での交通事故多発などにより、令和8年春に撤去され、「一時停止標識」が新設されています。※詳細は地図参照

なお、優先道路の関係については、以前と変更はありませんので、確実な一時停止と安全確認をお願いします。

川端町の一灯式信号



鹿央町岩原(春間橋)の一灯式信号



## 税務署より

### 税務職員採用試験受験者募集

人事院九州事務局と熊本国税局では、税務職員採用試験(高卒程度)の受験者を募集します。

税務職員採用試験に合格し採用されますと、全員が税務大学校に入校し、1年間、税務職員として必要な専門知識を修得するための研修を受けることになっています。

その後、税務署に配属され、国税の仕事に従事することになります。

申込受付期間は令和8年6月12日(金)から6月24日(水)となっています。

受験資格等の詳細は、人事院ホームページ(国家公務員試験採用情報NAVI)をご覧ください。

- 1 人事院九州事務局(電話 092-431-7733)
- 2 熊本国税局人事第二課試験研修係(電話096-354-6171 内線6046)

国税庁HP  
採用情報特設サイト



熊本国税局HP  
先輩からのメッセージ



## 次代につなげ! ~鹿本農業高校だより~



### 鹿本農高の新年度がスタートしました!



4月8日(水)、令和8年度新任式および始業式が行われました。午後には入学式を実施し、新たに49名の新入生を迎えました。これにより、本校は全校生徒134名でのスタートとなりました。

新任式  
生徒会長歓迎のあいさつ



入学式の様子



新入生から挨拶



部活動紹介

翌9日(木)には、在校生と新入生の対面式が行われました。続いて部活動や同好会の紹介も行われ、これから始まる学校生活へ期待を膨らませている様子が見られました。



農業クラブ入会式



教務部より

4月15日(水)、新入生へのオリエンテーションが行われました。農業クラブ入会式のほか、学習に臨むうえで心構えについて説明があり、新入生は先生方の話に真剣に耳を傾けていました。

鹿本農業高校の学校の様子も随時更新中。ぜひご覧ください!!

<http://sh.higo.ed.jp/kamoto>



### メロン・すいかの線虫・病害防除に!



土壌消毒剤  
**サイリーン**

つる割病・黒点根腐病  
ネコブセンチュウを  
シャットアウト!



JAグループ  
農協 全農 経済連

### 農ビ・農PO・遮熱・遮光・各種

JAノービ・三菱樹脂・シーアイ化成・タフニール・アキレス・サンテラ 他

自社加工場から迅速にお届けします!

自動開閉機(農家さん)・循環扇(風来望)もお任せください。  
トータルに農家の皆様を徹底サポートいたします!

お問合せは、お近くのJA窓口もしくは下記までどうぞ

**株式会社 サトウ**

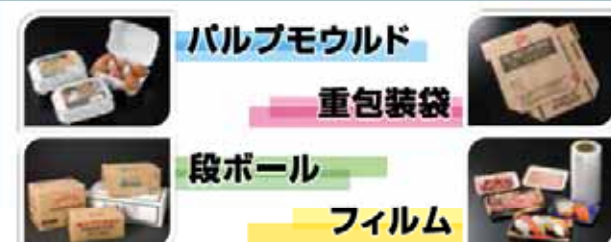
(本社)096-345-3005 (植木事業所)096-272-7100  
熊本市北区清水本町21-7 熊本市北区植木町清水1055-1

### 売上げアップに貢献します

農ビ・農PO・農ポリ・ハウス・包装資材・その他資材  
お問い合わせはお近くのJAか下記までどうぞ!

### 三建産業株式会社

〒861-2202 上益城郡益城町大字田原174  
TEL(096)286-9421 FAX(096)286-9422



### 大石産業株式会社

本社 段ボール事業部 熊本営業課  
〒805-0068 ハルブモウルド事業部 熊本営業所  
北九州市八幡東区桃園2-7-1 〒861-0551  
TEL:093-661-6511(代) 熊本県山鹿市津留20番地 TEL:0968-44-5181



JA商品券が当たる!

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?

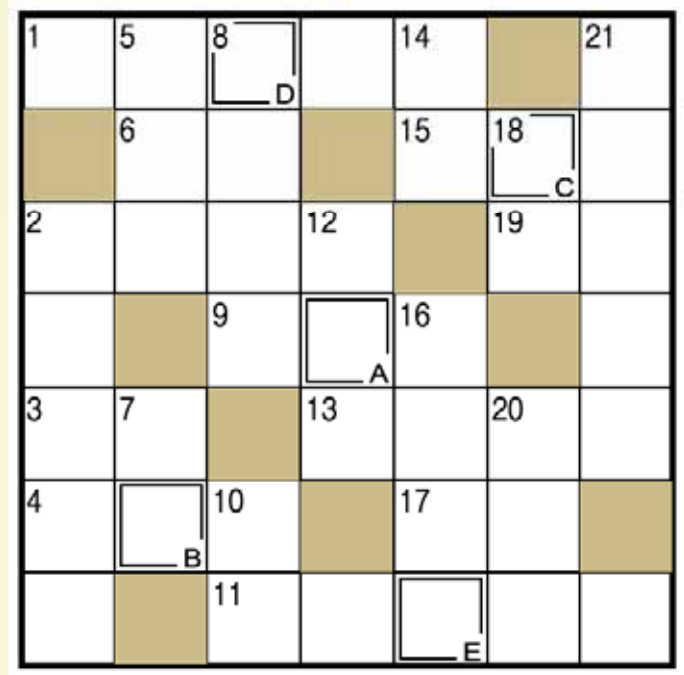
# 頭脳に挑戦 クロスワードパズル

## ヨコのカギ

- 傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
- 赤外線やX線もこれの一種
- 梅雨入りすると、梅雨——がいつ頃なのか気になります
- 簡単には意見を曲げません
- 損の反対語
- 親しいつきあいのこと。昔の——でなんとかしてよ
- アメリカ原産の大きなカエル
- 自宅を離れて観光などをします
- ウメやブルーベリーの食べる部分
- 合唱部が練習するもの
- 一年で一番昼が長い日

## タテのカギ

- 完成しました!
- 成長した羊の肉です
- ペンは——より強い
- 彼は大舞台で面目——を果たした
- 手のひらや足の裏の反対側
- 匂よりも時期が早いもの
- この教科の時間にアサガオを育てた人も多いのでは
- 古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
- ウィッグや付け毛ではありません
- クイズを出されて考えるもの
- 中学校で教育——をおこなう大学生



**5月号**  
応募総数 **68**通

(5月号答え)  
**レンキユウ**

シ	ヨ	ウ	ブ		ハ	チ
マ	ク	ラ		ホ	シ	ユ
イ	ソ		カ	ー		ウ
	ウ	カ	ン	ム	リ	
バ		シ	ダ		ミ	ミ
レ	イ	ワ		ウ	ツ	ド
エ	ヌ		ヤ	キ	ト	リ

## 無料税務相談

要予約  
相談日時 **6月23日(火)**  
午後1時~午後3時まで

開催場所 植木支所  
税理士 小松 大祐

◆お申込み・お問い合わせは、  
鹿本地域農業青色申告会 (096)272-7119

## 読者からのお便り

- 庭の花々に囲まれて  
春になり、庭の花々が見頃を迎えています。ツツジやペチュニア、モッコウバラ、ルピナスなど、手入れも大変ですが楽しいですよ! (植木町 Y.Kさん)
- 種類が多い分、それぞれに違った魅力があり、「どんなふうに見えるかな」と想像するのも楽しいものですね。お花がたくさんあるお庭に憧れます!
- 昔懐かしい茶摘み  
我が家のゴールデンウィークはいつも「お茶摘み」でした。昔は自分の家で茶葉を蒸し、揉んで干して作っていましたが、しばらく茶葉は買ったままになりました。 (山鹿市 T.Fさん)
- 青空に新茶の鮮やかな緑が映え、初夏の訪れを感じさせてくれます。子どもが通う保育園でも茶摘みや手揉み体験がありました。お茶が出来上がるまでの手間や時間を知ると、茶葉に味わい深くなる気がします。
- 生ごみコンポスト始めました  
生ごみコンポスト始めました。今までも土に埋めていましたが、本格的に循環させるのを目指しています。ますます畑への愛がつのっています。 (鹿北町 Y.Kさん)
- 攪拌や湿度管理が少し難しいですが、ゴミの削減につながるだけでなく、できた堆肥を使って野菜を育てる楽しみも広がりますね。自然の力はすごいなと思います!
- 連休の楽しみ  
年を取ってくると連休も関係ないなあ!と思っていましたが、今年は曾孫が来るというのでルンルンです。夢大地館へスイカを買いに行きます。 (鹿北町 K.Mさん)
- JAではスイカの出荷が本格化し、最盛期を迎えています。お孫さんにもスイカを好きになっていただけたら嬉しいですね。
- いつもたくさんのお便りありがとうございます。今後もご意見やご感想をお待ちしています!

## 初夏の恵みを世界の料理で楽しもう

## トマトファルシ

トマトを丸ごと  
大胆な肉詰め!



- 南フランス
- 材 料 (4人分)
- トマト…4個 (1玉200g程度)
  - ニンニク(みじん切り)…1/2片 (2.5g)
  - オリーブ油…大さじ1
  - タマネギ(みじん切り)…80g
  - 合いびき肉…350g
  - 好みのハーブ(バジルやタイム、オレガノなど)…適宜
  - A 卵…M1個 (60g)
  - パン粉…大さじ2 (6g)
  - 塩…小さじ1
  - カレー粉…1つまみ

- 作 り 方
- 1 オーブンを200度に予熱しておく。トマトはへた側を1cmくらいの厚さでスライスしてふたにする。残りの部分は中身をくり抜いて器にし、切り口を下にして水気を切っておく。ふたとくり抜いた中身は取っておく。
  - 2 ニンニクとオリーブ油をフライパンに入れて弱火で熱し、香りが出たらタマネギを加えてしんなりするまで炒めて冷ます。
  - 3 ポウルに合いびき肉とA、■を入れてよくこねる。トマトの器にそれぞれ1/4量ずつ詰めてふたをのせ、深めの耐熱容器に入れてオーブンで30分焼く。
  - 4 くり抜いた中身を塩少々(分量外)と好みのハーブで煮詰めてソースを作り、■にかけて出来上がり。

ポイント  
堅めのトマトを使うと焼いても崩れにくいですが、崩しながら食べるので崩れてしまってもおらかな気持ちでOK。座りの悪いトマトはほんの少しだけ底を切り落とすと安定します。

## 応募方法

官製ハガキに左記の要領で応募ください。正解者の中から抽選で10名の方に、FM夢大地館やJA・SSSなどで使える共通商品券千五百円分をお送りします。

メ 切  
令和8年/5月30日(土)  
(当日消印有効)

クロスワードパズルの当選者は、商品券の発送をもって発表に代えさせていただきます。

※お寄せいただいたご意見やご感想、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。

【個人情報の取り扱いについて】  
ご提供いただきました個人情報につきましては、このプレゼントに関する利用以外には使用いたしません。

- ことえ
- 郵便番号
- 住所(必ず番地まで記入)
- 氏名(ふりがな)
- 年齢
- ご意見・ご感想

85  
8610562  
JA鹿本  
「クロスワードパズル6月号」係  
山鹿市鹿本町持松159番地1

段ボールケース・包装資材を通し、地域農業の繁栄に奉仕する  
全農・JA熊本経済連指定

## コバン株式会社

本社 〒104-0031 東京都中央区京橋1丁目4番13号セントラル京橋ビル3F  
九州事業部 〒866-0011 熊本県八代市井播町2104  
TEL 0965(33)1850 FAX 0965(34)8445  
熊本事業部 〒861-1104 熊本県合志市御代志1648  
TEL 096(242)3111(代) FAX 096(242)2755

## 王子コンテナ株式会社

〒104-0061 東京都中央区銀座5丁目12-8  
王子製紙1号館  
☎ 03(3543)1115  
FAX 03(3543)1221

熊本工場  
宇土市岩古曾町2200  
☎ 0964(22)0761  
FAX 0964(23)3572

私たち萩原農場は、  
スイカの限りない可能性を信じて  
日々改良と研究を続けています。

スイカ・メロンのことなら  
何でもお問い合わせください。

友だち募集中

QRコードを読み取るだけの簡単登録

株式会社 萩原農場

JA鹿本を  
応援します

八江農芸株式会社  
熊本市北区植木町富野1145  
TEL 096-272-0267

夏の

# 2026 JA鹿本農機・自動車大展示会

日時

令和8年5月22日(金) 9:00~17:00  
23日(土) 9:00~16:00

場所

広域中央カントリー前(鹿央町) 特設会場



## 第37回 JA鹿本通常総代会

- 開催日時: 令和8年6月24日(水) 午前9時30分開会
- 開催場所: 植木文化センター

通常総代会  
提出議案  
地区別説明会

開催日	開始時間	対象地区	開催場所
6月17日(水)	午後1時30分	鹿央地区	鹿央支所2階会議室
	午後7時00分	鹿北地区	鹿北支所2階会議室
6月18日(木)	午後1時30分	植木地区	植木支所2階会議室
	午後7時00分	菊鹿地区	菊鹿支所2階会議室
6月19日(金)	午後1時30分	山鹿地区	山鹿支所2階会議室
	午後7時00分	鹿本町地区	鹿本町支所2階会議室

発行/ JA鹿本



〒861-0562 熊本県山鹿市鹿央町持松159番地1  
☎ 0968-41-5120

- 発行責任者/ 西岡 裕治
- 編集責任者/ 富田 公弘
- 印刷所/ 咲チューイン
- 発行日/ 2026年5月16日



©2010熊本県くまモン



JA鹿本は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

HP: <http://www.ja-kamoto.or.jp>



✉: [kikaku@ja-kamoto.or.jp](mailto:kikaku@ja-kamoto.or.jp)

Instagram

[https://www.instagram.com/ja\\_kamoto/](https://www.instagram.com/ja_kamoto/)



JA\_KAMOTO

いっしょに  
お願いします!

## 編集後記

阿蘇の大地を訪れ、草原に広がる「押戸石」(おしとしい)に足を運びました。標高845メートルの高原に、大小300余りの石が点在し、最大の高さは5メートルを超えるといわれています。人工的に配置されたとも考えられる神秘的な石の並びや、古代文字が刻まれていると伝わる岩もあり、古くからパワースポットとして知られています。

その場に立つと、広がる空と大地に包まれ、心がスッと軽くなるような感覚に。日常の慌ただしさから離れ、自然の力に触れるひとときになりました。

さち



今月のphoto

押戸石の丘