

JAだより

人と自然の架け橋に



2021

4月号

Vol.300



にじ



特集

▶ 訪問活動Q&A [P1]

役員による 訪問活動 Q & A



JAには役員らによる組合員との対話活動を行いました。コロナの影響で総会や会議の開催が制限され情報交換の場が失われたことを受け、役員自ら組合員との直接対話を通じて率直な声を聞きました。質問、要望と回答をご紹介します。



ふくれんにもお願いしたが、ネット販売の需要が今後増えてくる可能性が高いので、JAタウンによる販路拡大をすすめ、Aコープや生協と連携して宅配事業等を検討してほしい。

コロナ発生後、農産物も他の流通同様、店舗外での購入が広がっていることは認識しています。Aコープや生協とは連携していますが、市場やふくれんを介してのものであり、ふくれん独自で消費者と直接取引が出来れば生



産者所得向上につながりますので、検討してもらえようしつかり伝えていきます。

部活動について一緒に検討をしたいと思っています。

最近では若い農業者でも青年部に入っていない人が増えてきている。青年部に入るメリットをつくれなにか。また入ってもなかなか活動に参加しないため、活動を楽しめず悪循環になっている。青年部活動で知り合いも増えるし自分に役に立つと思う。

青年部については事務局を通じて補助事業等、情報提供を別枠で行っていますが、さらに充実させていきます。その他必要な措置については青年部での会議等から要望を収集し検討したいと思います。若手の農業者の中にも考え方が様々あると思いますので、青年

後継者や新規就農者の若者が農業しやすい環境をつくって欲しい。新規では農機具代や施設代が高騰しており、半額補助でもかなりの金額が個人負担となる。特に果樹は収穫が安定するまでに時間がかかるため、1からの立ち上げは難しく就農が厳しく感じる。

農業次世代人材投資資金を活用し、技術的な部分を少しでも習得して就農できるよう現在支援を行っています。農機具等についての設備投資については高額となりかなりの負担となりますので、高齢により後継者を探している生産者とのマッチングにも取り組んでいきたいと思っています。



JAにじブドウ部会で一緒に「ブドウ」をつくりませんか！



有名な“巨峰”は、実は久留米市田主丸町から全国に広まりました。

現在でも多くの生産者が“巨峰”をはじめとするブドウを栽培しています。

甘くて美味しい“ブドウ”をあなたも栽培してみませんか！



ブドウ部会長
中野 利夫さん(66才)
田主丸町

ブドウ部会員数:215名



今年度からブドウの部会長を務めています。

JAブドウ部会に加入すると、現地指導を中心とした栽培講習会への参加ができ、JAや普及指導センターから気象条件に合わせ徹底した栽培管理講習が受けられます。また生産者同士の情報共有ができることも魅力の一つであり、近隣の高い技術を有した生産者からの直接的な指導を受けられるなど細かなサポートができます。

就農5年後の収益性(10aあたり)

(JAにじ農業振興協議会資料より引用)

品 種	収穫期	収量 (kg/10a)	単価 (円/kg)
露地巨峰	8/中~9/中	1200	700
ピオーネ	8/中~9/上	1600	800
シャインマスカット	8/下~9/中	1600	1200

ブドウの留意点

収量や品質は天候に左右されます。
有核巨峰は露地栽培のため、天候の影響を受けます。
開花時期に天候が悪いと結実不良になったり、
生育から収穫期に雨が多いと病気が発生したり
品質が悪くなることがあります。

★ブドウは魅力的な品種がいっぱい！

全国的に面積が拡大している
「シャインマスカット」をはじめとし
て、魅力的な品種が揃っています。

《部会に関する問い合わせ先》 JAにじ 園芸直販部 園芸指導販売課

TEL : 0943-76-5520 FAX : 0943-76-5540 (園芸流通センター内)





ひまわり

女性部広報

大募集!

アグリキッズクラブ



【活動内容】毎月1回の学習会を開催♪
アグリ農園での作業や調理体験、日帰り学習会など
体験型の学習会です!!

- ◆対象者 ちゃぐりん購読者の小学校6年生まで
- ◆年会費(ちゃぐりん誌代) 5,664円

※活動内容により実費をいただきます。



第26回女性部総代会について(予定)

- 日 時：令和3年4月24日(土)
受付 午前8時30分～ / 開会 午前9時00分
- 会 場：JAにじ本店・大ホール
- 内 容：◆令和2年度活動報告並びに収支決算書の承認について
◆令和3年度活動計画(案)並びに収支予算書(案)の承認について
◆令和3年度部費の額及び徴収方法(案)の承認について
◆令和3年度新役員の承認について
◆記念講演予定



※新型コロナウイルスの感染状況によって変更する場合がありますのでご了承ください。詳細が決定しましたらお知らせいたします。

「家の光」をご購読いただきありがとうございます。

令和2年度は新型コロナウイルスの影響で家の光購読者特典の催しが出来ませんでしたので、ささやかではありますが、購読者の皆様にエコバックを進呈させていただきます。(5月号配布時に一緒に配布致します。)今後も引き続きご愛読をよろしくお願い致します。

これからもJAと地域のみなさんの役に立つ、食と農の耳より情報をお届けしてまいります。



年払いの場合		月払いの場合	
年間定価	9,411円	普通月	629円
前納価格	8,782円	付録月(1.4.5.7.9月)	922円
割引差額	629円	家計簿月(12月)	1,027円



生活ふれあい課 TEL0943-75-4134

やりたいことが出来る幸せ

しげ おか **重岡** しょうじ **証次さん (45才)**
吉井町福永

最近、地元のコーヒー屋さんなどとバンド活動を始め、ボーカルを務めています。歌うことが大好きで昔のど自慢大会に出場した経験も。仕事もプライベートも忙しく充実した日々を送っています。



3月10日、吉井町の千年小学校3年生が重岡豆腐店を訪れました。「たずねよう千年の〇〇さん」と題した総合学習の一環です。「辞めたいと思ったことはありませんか？」

証次さんで3代目となる重岡豆腐店。豆腐を作るかっこいいじいちゃんにあげられて、高校を卒業以来27年間豆腐作りに励んできました。数年前から当JAから大豆を直接仕入れしており、うきは産大豆を100%使った豆腐を製造販売しています。揚げ豆腐など品揃え豊富に「にじの耳納の里」などに出荷。奥さんの恵美さんが作る大人気の加工品「おからかりんとう」は、やさしい甘さで消費者の皆さんに自然のぬくもりを感じていただける商品です。

うきは市は20年ほど前までは小麦の栽培が盛んでしたが、近年は大豆を栽培する農家が増え、昨年は180ha作付けし380tを収穫。今年度は190ha作付けの予定で、大豆畑の風景が日常になってきています。



▲職場見学に訪れた千年小児童らに豆腐作りを実演する証次さん

「辞めたいなどかたくなさん悩んだりしたことはありません。でも今、自分なりにこだわってやりたい豆腐づくりができて本当に幸せです。そして一生懸命作ったものをみんながおいしいと言ってくれてくれるのがうれしいことです」と答え、試食の豆腐に「美味しい！まだ食べたい！」と歓声をあげる子供たちに満面の笑みを見せます。

昔から言われている「四里

さいね。

四方に病なし」という言葉の意味するように、「自分の身の回りで取れる食材を食べれば病気知らずで健康になれる」と話す証次さん。これからもこだわりぬいて、安心して口にできる自然の恵みいっぱい豆腐を届けてください。



▲うきは市の湧き水を十分にふくんでふっくらとなったうきは産の大豆

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ご自宅で過ごす時間が増えています。花には、心を癒す、季節感を演出する、部屋が華やぐ、心が豊かになるなど様々な魅力・効力があります。今後も新しい生活様式が求められるなか、おうち時間をより楽しく、有意義なものとするために「花のある暮らし」を始めてみませんか？

にじの花を紹介します

JAにじ管内は、大正時代から切り枝生産が行われるほど、古くから花き栽培が盛んな地域です。現在は、バラ・ユリ・カーネーション等の切り花をはじめ、初恋草やアジサイ等の鉢物が栽培されています。今回は、管内で栽培されている切花の花言葉と長く楽しむためのコツを紹介します。

【管内で栽培されている切花】

○カーネーション(10～5月まで出荷しています)

花言葉は、

(赤)……………「愛情」「真実の愛」「情熱」

(白)……………「尊敬」「純潔の愛」

(ピンク)…「感動」「感謝」「上品・気品」「温かい心」

○ユリ(10～6月まで出荷しています)

花言葉は、「威厳」「純潔」

○バラ(年間を通して出荷しています)

花言葉は、

(赤)……………「愛情」「模範」「母性」「情熱」

(白)……………「尊敬」「私はあなたにふさわしい」

(ピンク)…「上品」「愛を持つ」「温かい心」



【切り花を長く楽しむ方法】

○きれいな器と水を使う

器はきれいに洗って使いましょう。また、水はこまめに変わると花が長持ちします。

○水につかる部分の葉は取り除く

葉が水につかると次第に腐り、水が汚れてしまいます。

○茎をななめに切る

花を花瓶に生ける前に、一度茎を斜めに切りましょう。切り口を新しくすることで、より水を吸収しやすくなります。

○花を生ける水に鮮度保持剤を使用する

鮮度保持剤には、殺菌剤や花の栄養になる成分が入っています。ホームセンターや花屋さん等で販売されています。



JAにじのカーネーションは、花あふれるふくおか推進協議会の
Instagramで動画をご覧いただけます。

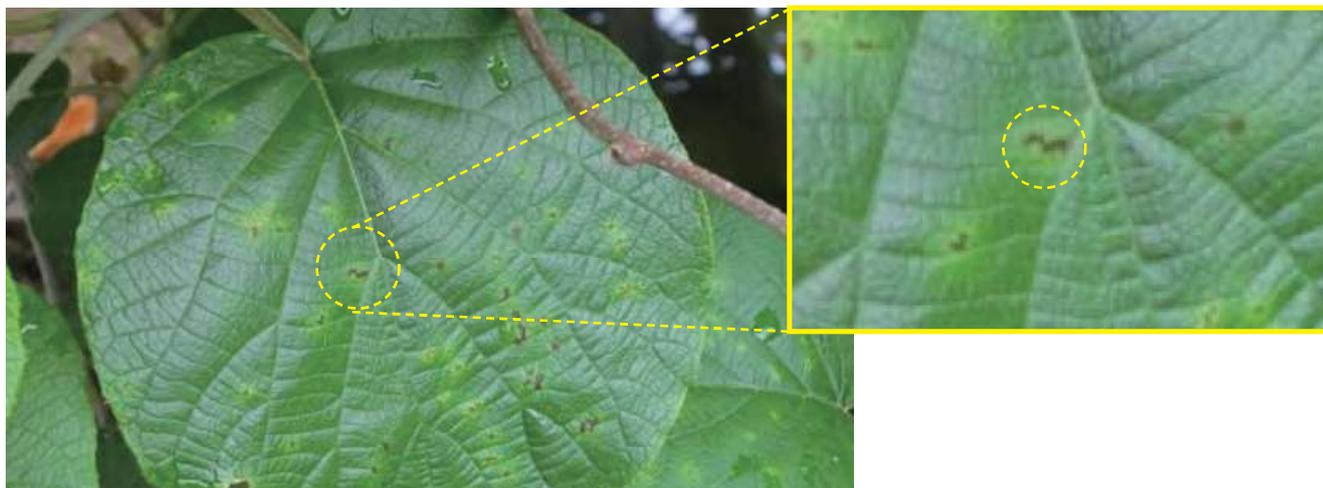


現在キウイフルーツに「かいよう病」という非常に感染力の強い病気が発生しています。悪化するとひどい場合には樹が枯れ新たな感染源にもなる病気です。

かいよう病には現在治療薬がない状態ですので、しっかりと感染対策をしていきましょう。

- ・園地に入りの際、手や靴底を70%エタノール(市販の消毒用エタノールでOK)等で消毒する。
- ・ハサミやのこぎりなどは園地ごとに決められたものを使用し、1樹ごとに200ppm以上の濃度の次亜塩素酸ナトリウム水溶液(台所用の塩素系除菌漂白剤の原液でOK)または70%エタノールを用いて消毒する。
- ・園地から出る際、服・帽子・靴・体・収穫かごに付いた植物残渣(葉や花・樹皮片など)を取り除く。
- ・発生園にある雄樹の花粉は利用しない。前年からの感染が疑われる雄樹の場合は、貯蔵花粉も利用しない。
- ・苗木、穂木、花粉等は、安全が確認された資材を購入する。
あわせて、購入先や購入日、資材の量が後日確認できるよう、必ず記帳する。

<主な病徴>



褐斑の周りに黄緑色のかさ(ハロー)ができる



枝に赤褐色の樹液流出跡がある



枝から赤い樹液が漏れ出す

※ 特に2~5月頃が病徴の確認をしやすい時期です。

怪しい症状を見かけたら、すぐにお問い合わせください。

JAにじ 園芸指導販売課.....0943-76-5520

久留米普及指導センター果樹係...0942-47-5101

適正管理で ブランド定着を 果樹防除暦説明会



▲園芸指導販売課から品目ごとに説明

J Aにじは果樹防除暦説明会を2月4日、各地区で開きました。安全安心で良質な「にじの特産品」づくりへ、適期の基本管理と、農薬使用においてラベルの再目視など事前確認の徹底をあげました。ま

た園芸指導販売課から、出荷物について抜き打ちで残留農薬の検査を実施していることを述べ、「二人の油断が部会全体の責任になることをしっかりと自覚してほしい」と呼びかけました。

「とよみつひめ」 例年上回る好実績に

いちじく部会生産販売反省会・総会

J Aにじいちじく部会は令和2年度生産販売反省会・総会を、書面議決書により行いました。2年度は、収量は全体的にやや少なめとなったものの、産直の売り上げを前年度の2.5倍と大きく伸ばすなど好調な販売が後押しし、過去

最高の単価を達成。品質面でも、やや小玉傾向ながら、秀品率が前年度を上回り高い評価を得ました。3年度も産地発信と振興へ一層の向上をめざします。総会では役員改選を行い、新部会長に吉瀬正毅氏が選任されました。

新たな 資源に 廃ビニールなどを回収



▶今年106tの廃ビニールなどを回収

J Aにじは2月8日から4日間、J A園芸流通センター駐車場で農業用廃ビニールなどを回収しました。回収したのは農業用ビニールや肥料袋などの廃プラスチックと農薬や農薬容器などの多品目で、回収前後のトラックを計量し回収した重量を算出します。昨年度購入した「トラックスケール」（トラックなど車をはかる大きい秤）を活用し、計測もスムーズになったことから多くの廃ビニールを効率よく回収でき、今年106tが回収されました。農業用廃プラスチック等を回収することで不法投棄を防ぎ、回収したものはリサイクル資源として再利用に取り組んでいます。

もしもに備えよう

職員ら避難・消火訓練

J Aにじは2月10日、J A本店職員を対象に避難訓練及び消火訓練を行いました。空

消火訓練を行うJ A職員。いざというとき冷静に対処できるように！
気が乾燥し、暖房器具など火の取り扱いが多いこの時期、火事を想定した避難訓練と、消火器の使い方などを再確認し実践訓練を行いました。



理事会だより

【令和3年2月26日（金）開催】

【附議事項】

- 不在組合員の整理について
- にじの家吉井等の売却について
- 貸出金利率弾力化の一部新設について



伝統産地から 全国へ

柑橘苗JA最多の6万本出荷

全国有数の植木・苗木産地、田主丸町で、柑橘苗木の出荷が盛んです。同町は柑橘苗の伝統産地として知られ全国の約7割を出荷する一大産地です。今年度は一部で昨年の長



▲柑橘苗の発送準備に追われるセンター

雨や2度にわたる台風襲来の影響を受けましたが、温州みかん、ユズ、レモンなど全40

から50品種を、4月上旬頃まで、JAで最多の約6万鉢を全国に出荷の見込みです。

春色多彩に クリスマスローズ

JAにじ鉢物部会では、まだ寒さきびしい2月、春の日差しを思わせる「クリスマスローズ」の出荷が最盛となりました。JA総合グリーンセンターによると、多彩な花色と気品あふれる雰囲気の人気があります。部会員で、田主丸町で約1万鉢を出荷する吉



瀬正博さんは栽培歴10年。種から育てて花が咲くまで3年

ほどかかり、過度な湿気を嫌うため、こまめな排水が大切

早春の味覚「蕾菜」出荷

蕾菜協議会



早春の味覚「蕾菜」の出荷が2月、JAにじ園芸流通センターで最盛を迎えました。蕾菜は脇芽を収穫したもので、JA園芸指導販売課の田中担吉瀬さんのハウスで出荷を待つクリスマスローズ

▲吉瀬さんのハウスで出荷を待つクリスマスローズ

と言います。出荷まで管理に気を配りますが、「何と云っても可憐さが魅力」と吉瀬さん。一重、八重にパステル調から深い色合いまであり、最近は大濃い紫なども人気です。

当によると今年産の品質は上々で、JA蕾菜協議会は、主に大阪や京都に3月いっぱい出荷を見込みます。蕾菜は春を感じさせるやわらかな苦みと口当たりの良さ、火を通せば食卓映える鮮やかな緑色で人気があります。火の通りも早く、茹でる、炒める、揚げ物やパスタの彩りなど幅広く使えるのも魅力です。

写真やわらかな苦みと食卓に映える鮮やかな緑で人気の蕾菜

コロナ禍逆手に 地元ファン増へ

管内産トマトピューレ好評

J Aにじが特産のトマト「桃太郎」を100%使い開発したトマトピューレが、地元の飲食店などで利用が広がっています。コロナ禍で首都圏などへの出荷が減り、J A外商が地元の飲食店などに足しげく出向きPR。今では利用店舗は管内だけで20店舗にの



▶J Aのトマトピューレは新鮮なトマトを原料に塩や添加物を使わず仕上げます

◀J Aのトマトピューレを使って土筆など旬の山菜や桜エビを取り入れたパスタソースをつくる杉さん



ぼります。吉井町のイタリア料理店「AO（アオ）」では、J Aのトマトピューレを使い始めて約4か月になります。もともと地場産を使うことを

コンセプトにしているオーナーシェフの杉公二さん。それまで使っていたイタリア産のトマトピューレに代えて使うことを決めました。イタリア産に比べて酸味がある地場産のピューレを

使うことで料理の味が変わり、それがお客さんにどう感じられるのか当初は心配したと言いますが、「酸味が良い」と好評で、さらに魚介類や肉類と合わせれば、ピューレの酸味が素材の持つ甘みやうまみと相まって深みのあるソースができるといいます。トマト本来の味わいを生かし塩や添加物を一切使わず仕上げたJ Aのトマトピューレ。酸味だけでなく甘みやフレッシュ感も特徴と杉さん。外商ではより使いやすい商品に工夫研究を重ね一層の浸透をはかる考えです。

山里の味覚 玉堀のタケノコ お届け

浮羽町持木地区で2月下旬から、早春の味覚タケノコの出荷が始まりました。耳納連山の豊かな伏流水を受け、生産農家が間伐や土づくりで努め整備された竹林で育ったタケノコです。まだ土中にあるのを掘り出したもので「土掘りタケノコ」と呼ばれ、やわらかく風味豊かな味わいが特徴で、J A外商が通販で取り扱い全国から注文が入る人気です。生産農家によると今



▲やわらかく風味豊かな「土掘りタケノコ」



▲管理が行き届いた持木の竹林

年は俗に言う裏年に当たり収量は少なめの予想ですが、例年同様に品質良く、また山里の旬をより美味しく味わって頂こうと、自然乾燥させたJ A産米の米ぬかと吉井町産の鷹の爪を添えています。

児童が育てた 米をパッケージ

田主丸地区認定農業者
普通作部会

田主丸地区の認定農業者普通作部会は3月2日、田主丸小学校で、5年生が育てたもち米をパッケージして同年児童55人に手渡しました。5年生は毎年同部会の指導で田植えから稲刈り、脱穀までを体験。収穫したもち米で餅をつき地域のお年寄りに配るなどしていましたが、今年はコロナ禍で中止に。そこで、1年間の成果を形にして、児童らが製品になる過程を知る機会にと、部会員で、米づくりと精米業を行う町内の堺浩一さんが発案。収穫した米を籾摺り、精米して、学校に真空装置を持ち込みました。児童が米づくりの思い出や好きなキャラクターなどを描いた袋に米300gずつ2合を詰め、堺さんが一人分ずつパッケージ。



▲持ち込んだ装置で一人分ずつ真空パックする堺さん

児童らは興味津々見つめ満面の笑顔で受け取りました。堺さんは「販売に携わる農家も

増えるなか、育てた作物が製品になる楽しみを感じてもらえたら」と話しました。

日頃のご愛顧に 感謝

カタログショッピング抽選会



▲抽選を行うJAの右田組合長と古賀女性部長

JAにじでは、本年度総合展示会の中止に伴い企画したカタログショッピングの抽選

会を3月13日、JA本店で行いました。コロナ禍にあつてこのような形での試みとなり

キャッチボールできるかな

吉井町新治の金子妙子さんの畑で、巨大な、まるでグローブみたいなダイコンがとれま

ました。球春到来！どんな球でもしつかりキャッチできそうですね。



▲どんな球もばっちりキャッチ！？

ましたが、たくさんの注文を頂き有難うございました。今後ともみな様の暮らしをお手伝

いできるよう努めてまいります。一層のご愛顧をよろしくお願いいたします。

ゆるキャラ誕生!?

この何ともユーモラスな姿の人参たち、浮羽町東の3の石井貞光さんの菜園でとれました。さしずめ人参界の“ゆるキャラ”ですね。



▲人参を手に「かわいいでしょ」と石井さん

こんなのできました



絶賛CM放映中! ナンワエナジーで

電気料金削減
しませんか?



ナンワエナジーのおトクな料金プラン

農業用向け

ビズスタンダード ネクスト

料金 イメージ 地域の電力会社の「低圧電力」に契約し、12kWで600kWh使用する農業用電力を切り替えた場合



地域の電力会社 / 低圧電力
ナンワエナジー / ビズスタンダードネクスト
12kW / 600kWh

※2020年6月1日時点での地域の電力会社とナンワエナジーの電気料金の概算の差額です

一般家庭向け

スタンダード M

料金 イメージ 地域の電力会社の「従量電灯B」に契約し、50Aで450kWh使用するご家庭が切り替えた場合



地域の電力会社 / 従量電灯B ナンワエナジー / スタンダードM
50A / 450kWh

※2020年6月1日時点での地域の電力会社とナンワエナジーの電気料金の概算の差額です
※オール電化向けのメニューもございます

電気事業に関するお問い合わせ・お申し込みは 資料課・各営農センターへ

でんきなナンワちゃん
新CM放映中!

ご家庭編



イチゴ農家編



QRコードを読み込んで
ご覧ください♪

検針票(請求書)を
もってくるうぶー



人と自然の架け橋に。

JAにじ



愛と、電力。

ナンワエナジー

新たなサービスをはじめます!

その1

アルカス吉井・アルカス田主丸で
「**家族葬プラン**」をはじめます。

その2

アルカスうきはで
「**小ホールプラン**」をはじめます。こちらは、現行より席数を減らした
小規模葬プランです

その3

「**組合員様向けの割引**」をはじめます。

※2021年3月22日(月)以降のご依頼から適用いたします。

家族葬 すみれプラン ~20人



吉井 **田主丸**

※写真は「生花」コースの祭壇になります。

プランの内容

 祭壇	 祭壇花	 祭壇盛物	 遺影写真	 受付用品	 司会進行
 アシスタント	 棺・納棺セット	 ドライアイス (1回分)	 美装納棺	 骨壺	

※他のプランでも家族葬に対応可能です。スタッフへご相談下さい。



マイクロバス



看板花

※全面生花コースには「マイクロバス」「看板花」を含みます。

※その他のプランもご準備しております。ご予算に応じたご葬儀のお手伝いをさせていただきます。

JAにじ組合員の方へ
お知らせ

組合員割引、はじめます。

特典 ①

各プランの
基本料金から

3%割引

特典 ②

下記特典商品3点より
(安全マット・後飾り祭壇・出棺花)

1つ

お選びいただけます。

特典 ③

折詰、会席料理から

3%割引

(グリーンパレス・アルカスにて)
※単品価格3,000円以上のご利用から適用。

◎喪主、または故人様が組合員の場合に適用されます。

◎喪主、または故人様と同一世帯の組合員の方がいた場合に適用されます。

◎『やすらぎ会員割引』、『組合員割引』は同時に適用できません。

※『やすらぎ会員割引3%』+『組合員割引3%』は不可

[2021年3月22日(月)以降のご依頼のお客様]⇒やすらぎ積金会員の方は、上記組合員割引と同様の特典となります。
[2021年3月21日(日)以前のご依頼のお客様]⇒やすらぎ積金会員の方は、祭壇・棺・会葬品価格の5%割引となります。
特典2、特典3は組合員割引と同様となります。

引き続きやすらぎ積金会員も募集しております。

お問い合わせ先

吉井支店 ☎0943-75-5111

浮羽支店 ☎0943-77-2121

田主丸支店 ☎0943-72-2101

《アルカス吉井》

うきは市吉井町682-1
☎ 0943-74-2200

《アルカスうきは》

うきは市浮羽町朝田694-1
☎ 0943-77-1030

《アルカス田主丸》

久留米市田主丸町豊城74-1
☎ 0943-73-3600

事前相談はこちらまで

アルカス吉井 ☎0943-74-2200

[お知らせ]

介護事業(にじの家)の経営譲渡について

にじの家では、組合員及び地域住民の皆さまの高齢化にともなう、
さまざまな不安に寄り添い、
高齢者が地域の中で安心して生活が送れるよう介護サービスを提供し、
笑顔あふれる充実した時間をすごして参りました。

しかし、社会情勢の変化等諸般の事情により、
令和3年3月31日をもって社会福祉法人ひじり会へ
経営譲渡することとなりましたのでお知らせします。
長年にわたりご愛顧いただき、誠にありがとうございました。



ほっと
通信

夢キッチンからのご案内

にじの耳納の里

バイキングレストラン「夢キッチン」は土曜日、日曜日、祝日・祭日の営業となっております。
平日の10:00~15:30まではお休み処・イートインスペースとしてご利用いただけます。



にじ
管内産トマトを
100%使用した
新商品トマト
コロッケの販売



ランチタイム11:00~14:00

お弁当やお惣菜の販売!
夢キッチンオリジナルカレー
ライスの販売!お弁当と一緒にオ
ススメ!お味噌、豚汁やドリンク
も販売します。



スムージーの販売
(グリーン・あまおう・トマトの3種)

是非お立ち寄りください!

にじの耳納の里では4月14日(水)を店休させていただきます。大変ご不便をおかけしますがよろしくお
願いたします。

野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの
**ベジタブル
ライフ**

オカヒジキ

～ミネラル豊富な陸の海藻～

【おいしい時期(旬)】4～10月ころ

【主な栄養成分】カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、β-カロテンなど

保存方法



早めに食べ切ろう

冷蔵保存が基本。
鮮度が命。なるべく
早く使い切ろう

野菜室へ
乾燥を防ぐため、ラップや保
存袋に入れる

見分け方

全体的に緑色
が鮮やかで濃
い

みずみずしく、若
くて軟らかい

葉や茎に
張りつつや
がある



茎が細くて
短く、あまり
育っていない
物が良品

NG

鮮度が落ちている

茎の切り口が茶色く変
色。全体に黄色味を帯
びている

茎が太過ぎたり全体
的に大き過ぎる

育ち過ぎると硬くな
り食味も落ちてしま
うよ



シェフ永井のおすすめ



アサリとトマトの オイル蒸し

●材料 (4人分)

- アサリ…200g
- トマト…1個
- 小松菜…1束
- ニンニク…1片
- オリーブ油…大さじ1
- 白ワイン…大さじ2
- 塩昆布…少々

■作り方

- ①フライパンにオリーブ油をひき、アサリ、角切りにしたトマト、つぶしたニンニクを入れてふたをして弱火にかける。
- ②ニンニクの香りが立ったら、白ワイン、塩昆布、切った小松菜をさらに入れてふたをする。
- ③アサリの口が開いたら器に盛り付け出来上がり。

旬菜館

キヌサヤの 卵とじ

●材料 (4人分)

- キヌサヤエンドウ…150g
- 車麩…小8個 (65g)
- だし汁…1½カップ
- しょうゆ…大さじ1½
- みりん…大さじ1½
- 塩…少々
- 卵…3個

■作り方

- ①キヌサヤは筋を取り、車麩は水に浸してもどし、手で挟んで水けを軽く絞り、半分に切る。
- ②浅鍋にAを合わせて煮たて、車麩とキヌサヤを入れて2～3分煮る。溶きほぐした卵を鍋の内から外に円を描くようにして回し入れ、半熟になったら火を止める。ふたをして少しおき、器にすべらせるようにして移し入れる。



アジのマリネ

●材料 (4人分)

- 小アジ…8尾 (正味400g)
- パプリカ(黄色)…½個
- タマネギ…½個 (100g)
- 酢…½カップ
- 砂糖…大さじ1
- 塩…小さじ1
- コショウ…少々
- タマネギのすりおろし…大さじ1
- サラダ油またはオリーブオイル…¼カップ
- 小麦粉、塩、コショウ、揚げ油

■作り方

- ①アジはせいごとエラ、わた取って洗い、水けをふいて塩、コショウ各少々をふる。パプリカはへたと種を除き、薄切りにする。タマネギも薄切りにする。
- ②Aを合わせてマリネ液を作り、バットなどに入れておく。
- ③揚げ油を170℃に熱し、①のアジに小麦粉をまぶして入れ、薄く色づくまでカリッと揚げる。すぐに②に漬けこむ。
- ④③にパプリカとタマネギをちらし、ときどき上下を返して20～30分ほどつける。軽く汁けを切って器に盛る。



クロスワード

クロスワードを解いて、A～Eの二重ワクの文字を並べてできた言葉が答えです。

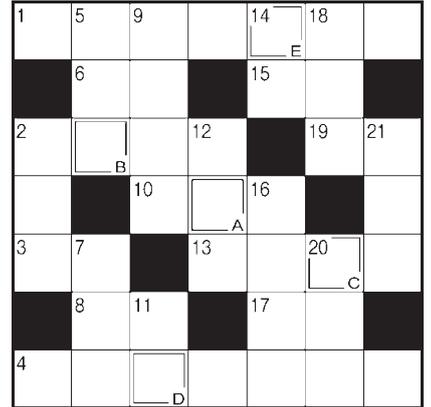
イズ

ヨコのカギ

- 東京の桜の名所。西郷隆盛像があります
- ランチュウやコメットはこの一種
- ドライバーで締めたり外したり
- 威力があって速い球のこと
- ムジュンのムが表す物
- 矢をつがえます
- スマホの検索——を削除した
- うずら豆は、——豆の品種の一つです
- 靴を数えるときに使う言葉
- 1000kgは1——です
- 漢字で書くと木瓜。美しい花が咲く植物です

タテのカギ

- お稻荷さんのお使いです
- 小さな子どもに読み聞かせることも
- 一を聞いて——を知る
- ひいて木を切ります
- 赤、白、八丁といえば
- 授業が始まる前に鳴ります
- 4月1日のエイプリルフールにはついていいとか
- 金太郎は長じて坂田——となりました
- にっこりするとへこみます
- 精製してガソリンを作ります
- 日光市の景勝地の一つ、——の滝



正解者の中から抽選で5名様に商品券を進呈。発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

■応募方法

ハガキまたはFAXで、①答え②郵便番号・住所③氏名④年令⑤電話番号⑥JAに対する要望⑦広報誌に対する意見・感想・載せてほしいことなどを書いてご応募ください。

■あて先 〒839-1321 うきは市吉井町356-1 JAにじ 総務課情報係 (FAX) 75-4633

■応募〆切 4月12日(月) 当日消印有効

3月号の答えは「シュンミン」でした(応募総数 36通)

※いただいたご意見・要望については今後の事業運営の参考にさせていただきます。なお、内容についての回答はいたしかねます。

4月

今月のあなたの運勢

占い師：モナ・カサンドラ



牡羊座

[3/21~4/19]

【全体運】追い風が吹き、予定をスムーズに進められます。考え過ぎず動きやすい方を選択するのが正解。金運も良好
【健康運】血行を促進する軽いメニューがお薦め
【幸運の食べ物】タラの芽



牡牛座

[4/20~5/20]

【全体運】上昇運です。ゆっくりとですが、一つ一つ前進していきます。連絡を小まめに入れると良い気呼び込めます
【健康運】胃腸を大切に。消化吸収の良いメニューにツキ
【幸運の食べ物】アスパラガス



双子座

[5/21~6/21]

【全体運】活躍が期待できます。やりたいことや興味のあることを周りに伝えて。協力してくれる人が現れるはず
【健康運】オーバーワークに注意。休息を取って
【幸運の食べ物】ミツバ



蟹座

[6/22~7/22]

【全体運】気分の優れないときに無理は禁物。ぎりぎりまで待った方がうまくいくことも。後半、耳寄りな話が入ってきそう
【健康運】メンタルケアが大切。ハーブティーが味方に
【幸運の食べ物】レタス



獅子座

[7/23~8/22]

【全体運】注目を浴びる月。見られているのを意識して積極的にアピールを。好結果が得られます。買い過ぎには気を付けて
【健康運】筋トレなど本格メニューで体力アップを
【幸運の食べ物】ソラマメ



乙女座

[8/23~9/22]

【全体運】イライラする要素が減り、行動範囲が広がっていきます。「楽しみ」な予定を入れて、生活にめりはりをつけて
【健康運】夜更かしは控えて。早起きしての散策は◎
【幸運の食べ物】ルッコラ



天秤座

[9/23~10/23]

【全体運】忙しくなりそう。行動的なほどツキに恵まれるので、頼まれ事はできるだけ引き受けて。プレゼント運あり
【健康運】楽しみながらできる運動が◎。いろいろ試して
【幸運の食べ物】フキ



蠍座

[10/24~11/22]

【全体運】慎重さが必要です。楽観視していると足元をすくわれる恐れも。いつもの作業も丁寧。確認もしっかりと
【健康運】持病の悪化に気を付けて。日頃からケアを
【幸運の食べ物】新タマネギ



射手座

[11/23~12/21]

【全体運】あれこれ課題が出てくるときですが、正面から取り組めばクリアできます。考えを整理整頓して。部屋の片付けも◎
【健康運】注意力が散漫に。切り傷に気を付けて
【幸運の食べ物】ノビル



山羊座

[12/22~1/19]

【全体運】かみ合っていない状態が解消。話し合いは焦らずゆっくりと進めて吉。身近な人が味方になってくれます
【健康運】体を柔軟にする運動を多めに取り入れて
【幸運の食べ物】タケノコ



水瓶座

[1/20~2/18]

【全体運】運勢は良好。友人との交流が多くのもをもたらしてくれそう。少し先の計画のための下調べも吉と出ます
【健康運】激しい運動や難しいメニューにも挑戦を
【幸運の食べ物】ワラビ



魚座

[2/19~3/20]

【全体運】ちぐはぐだった状況が解消していきます。積極的なコミュニケーションで心の距離も接近。買い物は後半が吉
【健康運】食事のバランスに気を付けて。早寝にツキ
【幸運の食べ物】トマト

おたんじょうびおめでとう



令和2年
4月16日生

まつき あやか
松木 絢加 ちゃん
吉井町吉井

あーちゃん、お誕生日
おめでとう。ねえねと仲良く
ゆっくり大きくなってね♡
泰憲さん・ゆかりさん 次女



令和2年
4月22日生

やましな り たらう
山科 李太郎 ちゃん
吉井町吉井

おたんじょうびおめでとう!
いっぱいあそんでいっぱい
たべて大きくなってね♡
翔太郎さん・早衣さん 次男



令和2年
4月28日生

なかむら はる
中村 春昂 ちゃん
吉井町屋部

お姉ちゃん、お兄ちゃんと
仲良く元気に大きくなってね!
祐介さん・知佳さん 三男



平成31年
4月20日生

あしが てんしん
阿志賀 天信 ちゃん
田主丸町益生田

いっぱい食べて
大きくなってね♡
大珠さん・菜帆さん 次男

令和3年4月に満1歳から3歳のお誕生日を迎えるお子さんを募集いたします。4月12日(月)までに本店総務課情報係または各支店までどうぞ

牛乳・乳製品と 好みの食材の簡単レシピ

カボチャ入りドーナッツ



- 材料(4人分 12個)
カボチャ…中¼個
牛乳…100ml
ホットケーキミックス…200g
バター(溶かす)…10g
- A
卵…1個
牛乳…50ml
砂糖…小さじ1
油、シナモンシュガー
(シナモンとグラニュー糖を混ぜたもの)…適量

●作り方

- ①カボチャは皮をむき、2cm角に切って皿に並べてラップする。レンジで4分間加熱した後、鍋にカボチャを入れ、牛乳を加えて弱火で牛乳がなくなるまで煮る。その後、つぶさずに冷ましておく。
- ②ホットケーキミックスをふるいにかけてボウルに入れ、Aを加え混ぜ合わせ、ひとつにまとめてから12等分にしておく。
- ③①を12等分にし、手に小麦粉(分量外)をまぶして②の生地で包み丸め、油を入れて160~170℃に熱したフライパンでキツネ色に揚げる。
- ④③の油をよく切って、熱いうちにシナモンシュガーをまぶして出来上がり!

きらら ミニ通信

食養生 お口からだ イキイキと お口のはたらき 【その24】

歯並びと食べ物をかみ砕く働きとは密接な関係があります。このことは、高齢者の残った歯の数と健康の問題に密接に関係します。歯を1本でも多く残すことが健康な老後を送るために大切だといわれてきました。

28本の歯がある人は10本しか歯がない人よりよく咬めます。でも10本の歯はあっても上下左右がうまく咬み合わさっていない人は、歯が全然なくて総入れ歯の人よりも上手に咬めません。わが国の研究者が調べたところ、食べにくい食べ物がある高齢者はそうでない人に比べ、心臓病や肺炎で亡くなる確率が2倍近いそうです。

但し歯の数が少なくてもしっかり入れ歯を使えば、死亡率は健康な人と差がないという研究結果が出ています。これは歯の数よりも、ちゃんと咬めているかどうか大切だということです。

最近の研究では、咬む力は脳のいろいろな働きを活性化することがわかってきました。脳の中に前頭前野(ぜんとうぜんや)という場所があります。人間の「知」「情」「意」と深く関わっている領域で、思考、コミュニケーション(対話)、意思決定、喜怒哀楽、意識集中、意欲を出すなどの機能があります。

よく咬むことによって、若い人より高齢者の方が、前頭前野が活性化することがわかっています。ちゃんとした咬み合わせでいつまでも若々しく!

JAにし歯科診療所総合診療連携室 歯科医師
當房 満(とうぼう みつる)

JAにし歯科診療所きらら
☎(0943)76-2255
月~金 9:00~18:00 土・日・祝 休診

一般外来・無料送迎・訪問診療

JAバンクで

よかローン

第1期 令和3年 4月1日(木) ▶ 9月30日(木) 第2期 令和3年 10月1日(金) ▶ 令和4年 2月28日(月)

マイカーローン、教育ローン、フリー・多目的ローン、農機ハウスローンのいずれか新規ご契約の方

JAバンク福岡オリジナル
アイスタオル・マフラータオルを

第1期・第2期各 先着 **5,000** 名様ずつ、

第1期



アイスタオル

合計

10,000 プレゼント!!

名様に



マフラータオル

※プレゼントはご契約1件につき1枚となります。



JAマイカーローン



JA教育ローン

日々雑感

右田 英訓

3月11日に10年を迎えた東日本大震災。2時46分のサイレンと共に黙とうをささげた方も大勢いらつしやうたと思います。心からご冥福と一日も早い復興をただ祈るだけです。

しかしながら、その爪痕は大きく、特に福島第一原子力発電所の事故は、汚染水の処理・廃炉までには長い年月が必要とされています。そんななか先日ラジオで、原子力関係を学ぼうとする学生の数が極端に減少傾向にあると伝えていました。憂慮する話です。

日本の英知がそこに注がなければならない。廃炉までの過程をだれが繋いでいくのか？若い優秀な方々が必要であるのに、大丈夫だろうかと思えます。

農業も同じです。若い人たちに農業を繋いでいく。農地を繋いでいく。地域を繋いでいく。そんな若者を育てなければなりません。

3月11日の農業新聞1面に、宮城県石巻市で野菜や米を170haで栽培する法人の紹介があり、10代から20代の5人の若者が夢をもって頑張っている記事が掲載されていました。厳しい状況の中でも、夢をもって、地域を思い、頑張る姿にエールを送りたいものです。

我がJAにじ管内にも、多くの若者がそんな気持ちで農業者として頑張っています。

もっと多くの若者に次の時代へ繋いでいただくために、新規就農者育成にむけ、JAにじも喫緊の課題として、今以上に積極的に様々な施策を考えていかなければなりません。

コロナ禍で先行き不透明な時代ですが、農家組合員・生産者が報われる地域実現のため、JAにじは「前向きに」頑張っています。

皆様の、更なるご協力・ご指導をよろしくお願いいたします。



うきは警察署
生活安全課
76-5110



身近な犯罪・交通事故の発生状況(令和3年1月中)

うきは署管内	自転車盗	オートバイ盗	自動車盗	侵入盗	車上・部品ねらい	性犯罪	合計	交通事故
1月中	3(+2)	0(±0)	0(-1)	2(+2)	0(-2)	0(±0)	0	90(-15)
吉井町	2	0	0	0	0	0	0	33(-4)
浮羽町	0	0	0	1	0	0	0	23(+2)
田主丸町	1	0	0	1	0	0	0	34(-13)

※ 交通事故件数については、物件事故・人身事故を合計したものです。
※ () 内は前年同期比です。

【サポート詐欺】増加中!!

偽の警告文で慌てさせ電話を架けさせたり、不正のソフトをインストールさせたりする手口をサポート詐欺と言います。

警告画面や警告音に **慌てない** 表示された電話番号に **電話しない** クレジットカード情報を **入力しない**

偽の警告画面の場合は、ブラウザの強制終了やパソコンの再起動により表示されなくなります。強制終了や再起動の方法はHPを確認!

進めよう! **国消国産**



[今回のテーマ]

国消国産ってなに?

「国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産する」という、JAグループの考え方です。



食料自給率 **38%**

※2019年度、カロリーベース

世界規模での
災害発生と農業被害

日本の「非常に激しい雨」
ここ30年で

1.4倍



平均年齢
平成の30年間で

10歳上がる

国内農業者の減少や
高齢化、農地面積の減少

食を取り巻く
リスクが
増えています

世界の人口増加による
食料需給のひっ迫



2050年の
世界の
人口予測

97億人

出典:農水省 食料需給表、農林業センサス、農業構造動態調査/気象庁/国連 世界人口推計2019年版

新型コロナウイルス感染拡大により、マスクの需要が急激に増えました。その大部分を輸入に頼っていたことから、国内は一時深刻なマスク不足に陥りました。もしそれが食料であったらどうなっていたでしょうか。

コロナ禍では、実際にいくつかの国が食料の輸出を制限しました。また、食料不足に陥っても、短期間での食料増産は難しいです。

こうした実態を多くの国民にご理解いただき「食料を生み出す農業・農村を支えたい」と思う人を増やしていくことが必要です。



耕そう、大地と地域のみらい。

JA共済にご加入のみなさまへ

住宅等の建物修理に関する トラブルにご注意ください!

全国で
増加



こんな勧誘にご用心!

JA共済から指定されていますので、安心して下さい。

お宅の屋根瓦ゆがんでますよ。共済金の支払対象になりますし、共済金の範囲内で修理しますので、お客さまの**自己負担はありません!**もし請求手続きが面倒であれば、手続きも代行しますよ!

あら、それはいいわね。

と、うっかり応じてしまうと...

こんなことも...

1 うその理由での請求を勧められた!

「台風が原因と言えば問題ないですから」と、**うその理由**で共済金請求をするように勧められた!

うその理由による共済金請求は、共済金詐欺に該当するおそれがあります。

共済金詐欺にあたらぬがしら...



こんなことも...

2 法外な解約料金を請求された!

見積書の金額が高すぎるので、知り合いの業者に頼もうと思い解約しようとしたら、**高額な解約料金を**請求された!

支払われた共済金の50%なんて聞いてないよ!



こんなことも...

3 ずさんな工事をされた!

見積書の内容どおりの工事をしてもらえず、引渡後すぐに**雨漏り**が発生した!

お金を返して!



ご注意 建物修理トラブル

「共済金使える」と言って建物修理の勧誘を受けたときには、**建物修理契約を締結する前にまずJAにご相談ください!**



JA共済

編集後記

風景が一気に色を増し、寒さとコロナで押し込められていた人々の心も外に向かい始めたこの頃。マスクで防備し花の名所に出かける人達の姿に、万葉の昔から人は花に惹かれ心浮き立つのだと、花の力を改めて感じます。コロナ禍に介護施設や卒業式を彩ったにじ産の花たち。きつと疲れを癒し、旅立ちを後押しする力になると信じています。(菜)

営農センター決算棚卸のため 臨時休業知らせ

休業

令和3年3月31日(水) 終日

※営農センター吉井・浮羽・田主丸3店舗すべて休業となります。