

たがわ

グリーンハート

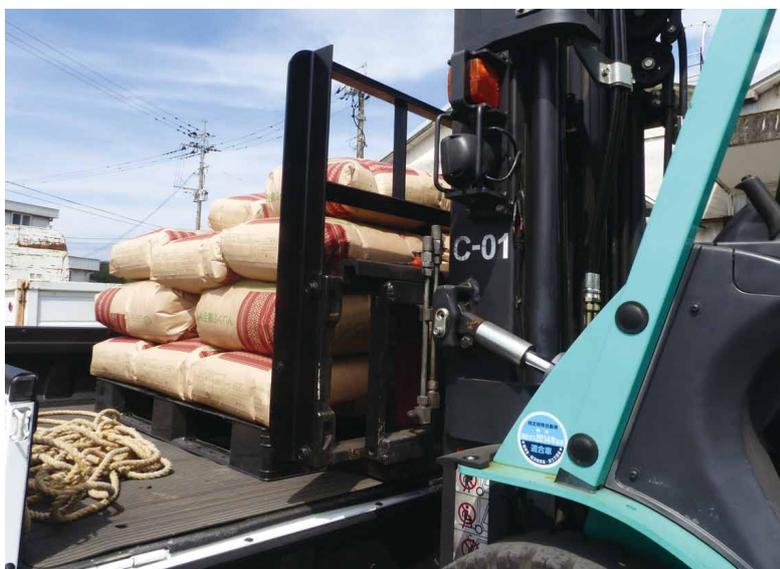
— 發らぶTAGAWA —
2021年
10月



令和3年産新米の稲刈及び米検査が始まりました。

9月上旬より、早期夢つくしの収穫が始まりました。本年度産稲作につきましては、田植えから8月上旬にかけて天候に恵まれ順調な生育でした。その後の長雨により、いもち病や充実不足等に影響を及ぼすことが心配されましたが、現時点(9月16日)での米検査

においては1等米比率が例年より高い状況です。また、昨年と昨年は、つぼ枯れ(秋ウンカ)による多大な被害がありました。また、本年産につきましては病虫害による被害発生は少ない状況です。今後10月中旬まで稲刈り作業が続ぎ、美しい新米が出回る季節となりました。



新米



令和3年産米の 米概算金のお知らせ



令和3年産米の需給状況見通しでは①令和3年6月末民間在庫数量が過剰となり、更に令和4年6月末在庫量が増加する見込みであること②主食用米の需要が近年の平均で年間8万トンずつ減少する推移でしたが、現在では年間10万トン以上の需要量減少③令和3年産米作況の動向等、価格の低下が心配されています。

これらの要因により、JA全農ふくれん単価の本年産概算金は、コシヒカリで1,200円、夢つくしで1,020円と前年度に比べ安い単価となっていますが、JAたがわでは、独自にコシヒカリに600円、夢つくしに780円の加算金を追加設定しています。

是非、全量出荷をお願い致します。

・尚、元気つくし・ヒノヒカリの概算金は9月末に決定致しますので、各支所までお問い合わせ下さい。(来月号にて掲載致します)

令和3年産米概算金

JA米の概算金単価(円/60kg、裸、税込)

品種名	ふるい目	水分	等級	概算金単価					前年差額
				令和3年産			令和2年産		
				全農ふくれん	JAたがわ 独自加算金	JAたがわ 概算金	全農ふくれん	JAたがわ	
コシヒカリ	1.85	14.0%~ 15.0%	1	11,100		11,700	12,300	12,900	▲1,200
			2	10,800	600	11,400	12,000	12,600	▲1,200
			3	9,780		10,380	10,980	11,580	▲1,200
夢つくし	1.85	14.0%~ 15.0%	1	11,700		12,480	12,720	13,500	▲1,020
			2	11,400	780	12,180	12,420	13,200	▲1,020
			3	10,380		11,160	11,400	12,180	▲1,020

※一般米の価格は、JA米より300円低い価格となります。

※ふるい目1.80mmは、1.85mmより360円低い価格となります。

※過乾燥米(13.0%~14.0%未満)は、ふるい目を問わず720円低い価格となります。

※紙袋検査については、包装代として83円/30kgが加算されます。(CE・RCフレコン検査を除く)

○JAに出荷されたお米は検査後、概算金を各出荷者の指定口座へ振り込みします。

○検査結果・振込金額については、各出荷者へ個体概算金振込通知書をお渡しします。

秋野菜苗配送予定日

10月5日(火)~7日(木)

※苗の育成状況により配送予定日が前後する場合があります。
 ※配送日に関するお問い合わせ(雨天等)は各支所までお電話をお願いいたします。



元気で良質な秋野菜苗



一つ一つ地道に丁寧な手蒔き作業

今年の秋野菜苗につきま
 しては、29,214本の予
 約注文をいただき、誠にあり
 がとうございました。また、
 追加注文も随時受け付けを
 行っていますので、最寄りの
 支所までご注文をよろしく

お願いいたします。
 望岳台育苗センターで
 は、ブロッコリーやハクサイ
 など秋野菜苗の出荷に向け
 て良質な苗の育苗に職員一
 同努めています。

秋野菜苗の定植時期が近づきました。

● 野菜苗に関するお問い合わせはJAたがわ育苗センターへご連絡ください。 ●
連絡先 / TEL 0947-46-9200



東部トルコギキョウ部会
 現地検討会開催

東部トルコギキョウ部会
 は、部会員9名で27品種の
 栽培を行っています。

9月9日(木)に、秋出し
 に向けての現地検討会を
 開催し、部会員9名、JA2
 名、普及指導センター1名
 で、全圃場巡回を実施しま
 した。全体的に生育は順調

でしたが、長雨や日照不足
 による生育の遅れ、病害虫
 の発生も一部の圃場で見受
 けられ、田川普及指導セン
 ターから今後の栽培管理、
 病害虫防除についての説明
 があり、参加した部会員
 で、栽培方法などの情報交
 換を行いました。

ドローン防除の取り組み

現在、高齢化対策及び省力化対策としてJAたがわでは、水稻栽培における病害虫防除として無人ヘリコプター農薬散布事業に取り組んでいます。昨年度、中山間地域においてのドローン農薬散布事業の検討を行い、今年度より本格的にドローンによる防除を行います。

た。ヘリ防除に比べ、ドリフト飛行等のリスクが低く、住宅地や中山間地域での防除が可能となりました。田川地域では農業従事者の高齢化等の影響により、空中散布での防除を希望される組合員からの声が多く、今年度はドローン農薬散布面積の増加が見込まれます。

※ドローン農薬散布につきましては、各支所へお問い合わせ下さい。



空中散布(ヘリ防除及びドローン防除)全日程終了

ヘリ防除実施

- 期間 / 7月19日～9月7日
- 散布面積 / 約330ha
- 散布場所 / 田川管内4市町村

ドローン防除実施

- 期間 / 7月14日～9月1日
- 散布面積 / 約65ha
- 散布場所 / 田川管内5市町村

そら豆部会共同播種

9月10日(金)、そら豆部会は川崎集荷場にて、そら豆の共同播種を行いました。毎年厳しい天候条件で苦勞の連続ですが、今年度

産についても、「安心安全・高品質なそら豆」を供給できるように、部会一丸となって栽培に取り組みます。



JAのキャッシュカード等をお持ちの皆さまへ

※ローンカードを使用した出金取引も変更の対象となります。

○コンビニ(セブン銀行、イーネット、ローソン銀行)、ゆうちょ銀行のATMをご利用の場合に

2021年10月25日より、**ATMご利用手数料が変更**となりますのでお知らせ致します。

JAキャッシュカード等によるコンビニ(セブン銀行・イーネット・ローソン銀行)、 ゆうちょ銀行提携ATMご利用手数料一覧

(消費税込)

金融機関	セブン銀行・イーネット・ローソン銀行	ゆうちょ銀行
お取引内容	入出金	入出金
平日 8:45~18:00	0円 ▶ 110円	110円 ▶ 110円
土曜日 9:00~14:00	0円 ▶ 110円	110円 ▶ 110円
平日・土曜日の その他時間帯および 日曜日・祝日	110円 ▶ 220円	110円 ▶ 220円

※ATM稼働時間はATMにより異なります。ATM稼働時間であってもJAのキャッシュカードによるお取引ができない場合がございます。詳しくはお近くのJAまたは、ご利用ATMの掲示等でご確認ください。※イーネットATMはファミリーマート・デイリーヤマザキ・ポプラ等のコンビニエンスストアに設置されています。※ローソンに設置されているローソン銀行以外のATMはサービス内容が異なる場合があります。詳しくはご利用ATMの提示等でご確認ください。※コンビニエンスストア等の一部の店舗においては、ATMが設置されていない場合、金融機関が直接ATMを設置している場合、他ATM運営会社のATMが設置されている場合があります。「イーネットATMマーク」「ローソン銀行マーク」をご確認のうえ、ご利用ください。※ご利用の金融機関により、手数料が異なる場合がございます。詳しくはご利用ATMの提示等でご確認ください。

○上記のATM手数料変更に伴い **JAバンク優遇プログラム** が
2021年10月25日 から始まります。

優遇プログラムとは?

- JAとの取引内容に応じて3段階のステージをご用意し、ステージに応じて提携ATM(セブン銀行、ローソン銀行、イーネット、ゆうちょ銀行)のご利用手数料の優遇を行うサービスです。
- キャッシュカード(一体型を含む)を発行している個人のお客様であれば、どなたでも自動的に対象となり、お申し込み手続きは不要です。
- お客様のJAでのお取引内容を毎月末時点でポイントに換算します。(初回判定月は2021年9月末)
- 加算方式で換算しますが、**120点以上のお客様は全て月2回無料**となります。

(例) 正組合員+ローン残高=120点(月2回無料) 正組合員+給与振込=180点(月2回無料)

お取引内容	ポイント
正組合員	60
准組合員	60
給与振込	120
年金振込	120
ローン残高	60

ステージ1(60点未満)

有料

ステージ2(60点以上)

月1回無料

ステージ3(120点以上)

月2回無料

※詳しくはお近くのJA窓口へお問い合わせください。



生産者インタビュー

専業農業者

城戸^{きと} 富士子^{ふじこ}さん(67)

【香春支所管内】

「私は中学生の時から、帰宅すると自ら水田に出ては草取り作業を行っていました。」と話す富士子さんは、現在、香春町農業委員として3期11年務めています。また、平成24年からの5年間は、田川普及指導センターアドバイザーとして、地域の親子に、豆腐作りやオカラと一緒に作るなど地域活性化に長年携わっています。

父が早くに亡くなったため、米1.6ha、露地野菜1aにナス、トマト、ピーマン、オクラ、サツマイモの栽培を専業農家として40歳から本格的に作付けを行っています。

「整備が整っていない圃場もあるため、稲作管理はとても大変です。また、今年の米収穫直前に、イノシシによる部分的な被害を受けました。日々の見回りや管理をしていただけにとっても悔しいです。」と苦労話をしてくれ

ました。

最後にひとこと尋ねると

「今でも、少しも変わっていない事が有ります。それは水田に出て作業をしている時間こそが農業をやって良かったと思うこと。また現在、子供達と交互にコンバインを乗り合う作業をして、苦労の先の豊作を共感できる事が幸せな瞬間です。」と笑顔で話してくれました。

富士子さん、農業者として
今後の農業や地域の発展のため
益々のご活躍をお祈りいたします。
インタビューのご協力
ありがとうございました。



2. こだわり米とふくおかエコ農産物認証制度についてです。

◎こだわり米とは？

JAたがわでは、水稻の「減農薬・減化学肥料栽培」に取り組む農家を対象に、「こだわり米栽培ごよみ」を作成し、こだわり米として栽培に取り組んでいます。また、福岡県は、減農薬・減化学肥料栽培で生産された農産物を「ふくおかエコ農産物認証制度」に基づき認証しています。

※減農薬・減化学肥料栽培・・・化学合成農薬・化学肥料の使用量を慣行の5割以下とする栽培。福岡県では、水稻の普通期うるち米の場合、慣行の5割は、化学合成農薬の使用成分回数10回、化学肥料(窒素成分)の施用量で4.25kg/10aとなっています。

◎ふくおかエコ農産物認証制度とは？

「ふくおかエコ農産物認証制度」とは、福岡県における環境保全型農業の推進及び、福岡県産農産物の販路拡大と地産地消推進によって県内農業の振興を図るために、減農薬・減化学肥料栽培の認証基準を定め、認証された栽培計画に基づき生産された農産物が適正な表示により消費者に提供されるために必要な事項を定めた制度です。

詳しくは田川普及指導センター
(TEL:0947-42-1428)までお問い合わせください。

◎ふくおかエコ農産物認証制度の手順

右図のような手順で、生産者の顔が見える農産物をお届けします。



◎認証を取得した農産物の情報を確認するには？

認証マーク付ラベルに記載された認証番号を入れて検索すると、農産物の生産者・生産履歴などを見ることができます。パソコン・スマートフォンで「ふくおかエコ農産物」で検索してご覧ください。



1. 麦の土づくりについて



麦類の収量向上と品質向上が実需者から求められています。その改善対策は以下の通りです。

小麦・大麦ともに畑作物で、収量向上及び品質向上につきましては、排水性、土壌構造、酸性度などの適正値が重要となります。平成29年に福岡県下215圃場(麦・大豆)で土壌の調査が行われました。その結果、約7割の圃場でpHが低い状況が確認されました。酸性土壌では麦類が必要な養分が吸収されにくくなり、収量・品質が著しく低下します。(下図参照)

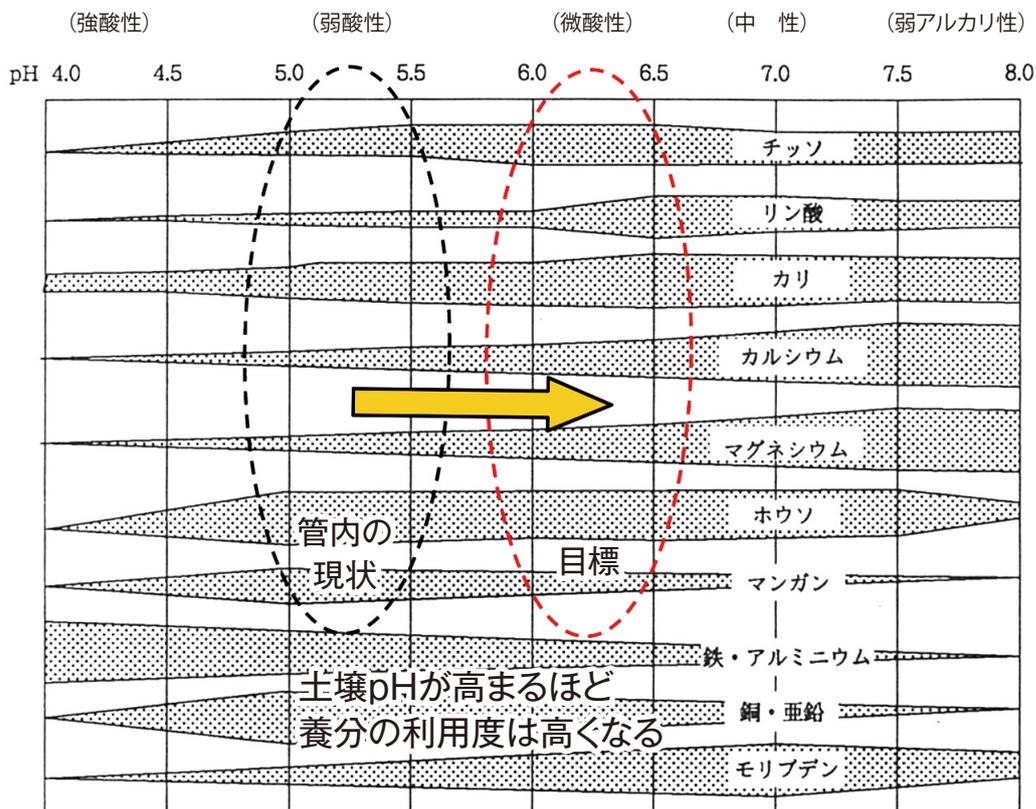
麦類の好適pHは6.0~6.5となります。日本は酸性の土壌が多く、また降雨により土壌中の石灰が溶脱します。毎年、栽培ごよみを参考に、石灰質資材(ケイカル、ミネラルG、粒状苦土石灰など)を100~200kg/10a施用しましょう。

土壌構造の改善は稲ワラ・堆肥など、有機物の投入などで改善されます。

排水対策は、地表排水と地下排水の組み合わせで行います。地表排水は畝立播種や周囲の作溝で行い、地下排水は本暗渠と弾丸暗渠の施工の組み合わせで行います。

さらに、収量を向上させるために田川地区の課題があります。

田川地区では麦類生産のコスト低減のため、肥料をカリウムの減肥で対応してきました。そのため、カリウム不足の圃場が多く見られます。カリウムは肥料の3要素で細胞の肥大、光合成能力の維持、タンパク質合成支援、光合成生産物転流などの働きがあります。生育期間の全体で吸収され必要となります。カリウムが含まれた資材(園芸化成444またはNK化成2号)を施用しましょう。



太い部分が有効なことをあらわす

図 土壌pHと肥料の溶解度(トルオグ)

「クミアイ家庭薬」は、健康と安心をお届けします。

「クミアイ家庭薬」は、優れた品質と品揃えで組合員みなさまの「健康」と「安心」を支えています。

皆様の健康を支えて100年

セルフ・メディケーション(自己治療)とは、軽度な病気やケガに対し、市販薬を用いて自分で治療することです。広い意味では、市販薬の利用・適正な食事や運動・休養や栄養を総合させて、「自分の健康は自分で守る」ことを意味しています。

昨今、セルフ・メディケーションの必要性が叫ばれている背景には、年々増大する国民医療費の問題があります。セルフ・メディケーションに必要なものは、健康づくりや病気のこと、その治療法など確かな情報と安全で有効な医薬品だと言われています。

「健康」は、かけがえのない宝物です。しかし油断すると、あっという間に消えてしまいます。私達の健康を守っていくためには、日頃から自分で手当をすることが大切です。クミアイ家庭薬は、そのお手伝いをしています。

誕生から100年クミアイ家庭薬は、農家のみなさまの健康を守り続け、現在全国約90万のご家庭で愛用されています。

配置員が、薬と健康アドバイスをご家庭までお届けいたします。

家庭薬配置員(JAヘルスアドバイザー)は「くすり」に関して十分な知識をもっています。定期的に巡回いたしますので、健康や「くすり」について安心してご相談して下さい。

初回配置料は無料です。その後、ご使用された薬代金は、配達員が年3回程度巡回し、ご使用確認後に指定口座より決済させていただきます。



JAたがわ(ヘルスアドバイザー)



千綿英樹配置員

担当地区

大任・川崎・方城・金田
赤池・弁城・市場・津野
探銅所・香春・赤・金川



村上勝次配置員

担当地区

高野



林克二配置員

担当地区

伊田・後藤寺・猪位金
糸田・安真木・添田
中元寺・彦山

JAたがわでは、組合員皆様の

健康を守るため

クミアイ家庭薬の配置運動を

すすめています。

クミアイ家庭薬の申し込み・問い合わせ先

JAたがわ 経済部生活課

TEL 42-4173 または 44-4250
FAX 44-9947

家の光 12月号・1月号
別冊付録のご紹介

12月号

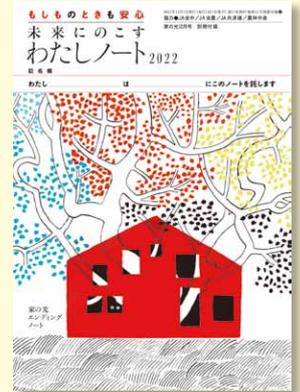
第1別冊付録
2022年 家の光
家計簿
【日記付き】

長引くコロナ禍は、家計にも大きな影響を与えています。家計簿記帳をベースとした家計管理が今、ますます重要になっています。



第2別冊付録
2022 もしものときも安心
未来にのこす
わたしノート

「もしも…」のときの不安を少しでも減らし、いまを前向きに生きるための一冊。今年は、巻頭に「終活〇×クイズ」と「今のわたしチェック表」を設け、改めてわたしノートの必要性を感じる攻勢に。またコラムでは「片づけの勘どころ」を取り上げます。



1月号

第1別冊付録
毎日食べてずっと元気!
**とっておき
肉レシピ40**

近年、問題視されている高齢者のタンパク質不足には、肉を控えず、バランスよく食べることがたいせつ。繰り返し作りたくなる定番おかずやごはんもの、ちょっと特別な日のメイン料理まで多数掲載。鹿と猪のレシピも紹介します。



第2別冊付録
LINEの使い方から
セキュリティ面まで
**スマホ
便利ブック**

あなたはスマホを使いこなせていますか?まずは、多くの人を使用するLINEについて、アプリのインストールから一連の使い方を紹介します。また、操作方法やセキュリティ面で知っておきたいことをわかりやすく解説。家の光YouTube動画の見方も紹介します。



家の光 定価(税込)

- 普通月号 / 629円
- 付録月号 / (1・4・5・7・9月号) 922円
- 家計簿付き / 12月号 1,027円

JA女性組織の活動に!

おうち時間の充実に!

● 申込みはお近くの支所窓口へお願いいたします。 ●

農業新聞を購読しませんか？

日本農業新聞とは、国内唯一の日刊農業専門紙です。農政や農家に役立つ技術、情報、流通・市況情報に加え、消費者の関心も高い食の安心・安全、地産地消、農産物直売所、食農教育など農業者の経営と暮らしに役立つ情報をお届けします。

日本農業新聞の申し込みは、最寄りの各支所窓口へお申込み下さい。お近くの新聞販売店からお届けいたします。

購読料 毎月税込み…2,623円

THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS

日本農業新聞

http://www.agrinfo.co.jp/
〒110-8722 東京都台東区秋葉原 2-3
TEL.03-5295-7407 FAX.03-3257-7128

農業者の所得向上へ役立つヒント満載!

- ◎日本の食と農、いのち、暮らし、地域を守る視点で報道
- ◎次世代を担う若者の姿を追う地域活性化に役立つ情報を提供

「若者力」に注目

創刊90周年キャンペーンで「若者」にスポットを当てて。新たな感覚で農業・農村と向き合う若者の姿を通じ、農業・農村の可能性と未来を描く。

農政情報 いち早く詳しく

大転換期の農政の動きをいち早く報道し、行き過ぎた農業・農協改革には反論。「ニュースアイ」で詳しく。

充実のマーケット情報

農業所得の増大に欠かせないマーケット情報を充実。食品・資材業界のトップへのインタビュー企画も登場。

JA自己改革 後押し

各地の自己改革実践事例・成果を紹介。農協改革のキーワードを解説・分析する企画も新設。

身近な話題きめ細かく

全国約1,300人の通信員（JA広報担当など）が身近な話題を発信。地方には特産情報やJAの取り組みなどが満載。

経営に役立つ技術

省力・低コスト化の技術・資材、人工知能やロボットを活用した最先端農業を追う。ウェブサイトでも動画も配信。

令和3年度第3回消防設備士試験について

1. 試験日時及び試験会場

試験日時	会場
第3回 令和3年12月19日(日)	福岡地区：福岡大学 甲種(特類・第1類～第5類) 福岡地区：西南学院大学 乙種(第1類～第7類) 筑豊地区：福岡県立大学 甲種(第1・4類) 乙種(第4・6類)

2. 試験種類 ・ 甲種(特類・第1類～第5類) ・ 乙種(第1類～第7類)

3. 受付期間及び受付場所

申請方法	受付期間	受付場所	摘要
書面申請	令和3年10月12日から 令和3年10月21日まで	(一財)消防試験研究センター 福岡県支部	
電子申請	令和3年10月9日から 令和3年10月18日まで	(一財)消防試験研究センター ホームページアドレス https://www.shoubo-shiken.or.jp/	

※郵送申込は、締切日当日の消印まで受け付けます。

郵送先/〒812-0034

福岡市博多区下呉服町1-15(ふくおか石油会館3階)
(一財)消防試験センター 福岡県支部
TEL092-282-2421

4. 受験願書、受験案内

令和3年9月25日頃より田川地区防災協会
(田川地区消防本部内2階)にて配布します。
田川市大字川宮1570番地

TEL: 0947-44-0650 (直通: 0947-44-6256)

5. 問合せ先

(一財)消防試験研究センター 福岡県支部

〒812-0034

福岡市博多区下呉服町1-15(ふくおか石油会館3階)
TEL092-282-2421

理事会報告

令和三年八月二十七日(金)

【報告事項】

- (一) 令和3年7月末実績報告
- (二) 事務ミス等発生状況の月例報告
- (三) 不祥事発生状況等の月例報告
- (四) 組合員加入脱退報告
- (五) 債権流動化委員会報告
- (六) JAバンク基本方針に基づく経営管理資料の提出報告
- (七) JAバンク基本方針に基づく「体制整備モニタリング」報告
- (八) JAグループ福岡中期方針
- (九) 県庁検査について

【付議事項】

- (一) 貸出における理事との利益相反取引について
- (二) 理事と組合員の利益相反取引における取引額の設定について
- (三) 訴訟に対する応訴及び弁護士を選任について
- (四) 令和3年産 米穀共同計算重要事項の設定について

山里に 幸せの
幸せ届ける 林檎かじれば
柚子の香り 溢れけり

太田 輝久 原田 祥二郎

今月の一句

健康百科 家族の健康 **心掛けたい糖尿病予防**

健康科学アドバイザー
福田 千晶

一方、インスリンの助けを借りて糖を引き取りエネルギーとしていた筋肉などの細胞は、暴飲暴食などによりインスリンが大量に分泌されると、その刺激に慣れ過ぎてインスリンが効かなくなりやすくなります。引き取られない糖は血液中に残り、これによっても糖尿病になります。

しかし、大食いや甘いものの取り過ぎ、大量飲酒などを続け、インスリンを大量に分泌し続けると、膵臓は疲弊し、インスリンを作れなくなりやすくなります。体質やその他にもさまざまな原因で必要量のインスリンを作れなくなることもあります。インスリンが不足すると、血液中にブドウ糖が多い状態が続き、糖尿病になります。

わが国の成人の5人に1人は、糖尿病もしくはその予備軍といわれています。糖尿病は、血液中のブドウ糖(血糖)の濃度が高くなり過ぎる病気です。食事により腸で吸収されたブドウ糖は血液中に入り、膵臓(すいぞう)で分泌されるインスリンの働きで、筋肉や脳などの細胞に引き取られエネルギー源となります。

糖尿病の初期は自覚症状がほとんどありませんが、進行すると合併症として神経障害、目の網膜症、腎臓障害が生じ、やがて歩行障害や失明、透析が必要になります。また、動脈硬化が進行しやすくなり、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞など命に関わる病気を発症しやすくなります。

さらに、健康診断や人間ドックで定期的に血糖値を調べることも、大事な糖尿病予防の一つといえます。

高カロリーにならないように甘いものや脂っこいものは控え、アルコールを飲み過ぎないこと。農作業の合間の昼食も手軽なおにぎりだけではなく、野菜やキノコ(魚(缶詰も可)や海藻なども食べましょう。運動の継続も大切です。移動は自家用車、農作業もトラクターで日常生活の機械化が進んでいるなら、日々の運動も必要です。



のんき家族
レオナルド★いも



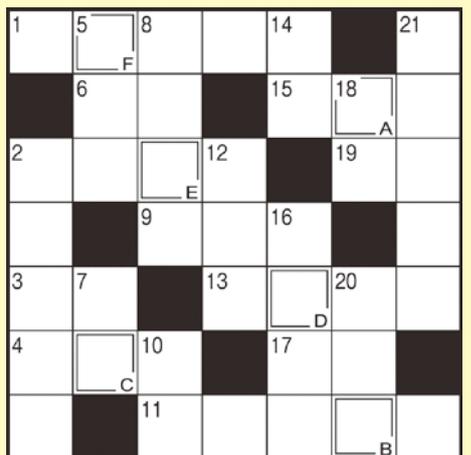
パズルで頭の体操

二重マスの文字をA~Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか?
ヨコのカギ 出題●ニコリ

- 野山の散策を楽しむレジャー
- 鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- イノシシを家畜化したもの
- 沖繩にいる飛べない鳥、ヤンバル——
- 南米にある南北に細長い国
- 定規に刻まれているもの
- アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
- スマートフォンにはさまざまなデータが——されています
- 軽くて硬い金属。元素記号はTi
- ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
- 漢字から作られました



9月号の答え ▼ マスカット



- タテのカギ**
- 押し入れの上に作られた物入れ
 - 青物へ野菜を卸しに行った祝い事に付きもの魚
 - とても小さな滴が降ってきます
 - 知識やひらめきを駆使して解きます
 - 感謝の——を込めて花束を贈ったつらいことが続くこと
 - こぼしたくなることも
 - 船の積み荷を地上に移すこと
 - 能ある——は爪を隠す
 - サソミイモには食物——が豊富に含まれます
 - 陰暦10月の異称

63 〒825-8588
田川農業協同組合
総務部管理課
川市伊田5000

★応募方法
クイズの答えが分かった方は、ハガキに左記の項目をご記入のうえ、JA田川総務部管理課までお送りください。抽選で粗品進呈。発表は、粗品発送にてかえさせていただきます。

★締切日
10月15日(金)

組合員紹介



ながの よしたか
長野 義隆さん (75) 住所・福智町市場

「小学校1年生の時から家の手伝いとして、農業に携わっています。その当時は、牛で耕していたので本当に苦労し、頑張つて来たよ」と話す義隆さんは、40歳から米・麦・大豆を80a作付けしています。少年時代から体を動かす事が好きで、野球や相撲をしていたので体力に自信があり、

今でも時間をみつければ、バツトで素振りをしているそうです。

「気力、体力が続く限り農業者として自ら作付けする事を目標にしています。娘に水田作業を教えながら一緒に作業をしている時間が、今はとても楽しい時間です。」と終始笑顔で話してくれました。

読者からのお便り

皆様から頂いたお便りを一部紹介いたします。

●健康百科と、のんき家族が大好きです。

【田川市：I・R様】

●毎月クロスワードパズルを解くのが楽しみです。

【香春町：K・H様】

●雨が止んで暑い日が続きます。熱中症やコロナ感染防止に気を付けます。先月号の健康百科に載っていた、老人性難聴は早いうちであれば病院で良くなるそうです。

【大任町：O・A様】

●いつも楽しみに読ませて頂いています。

【田川市：I・T様】

●毎月、クロスワードパズルを解いて頭を使ってボケ防止をしています。

【福智町：O・H様】

●毎月楽しく拝読しています。各種類の様々な紹介や農業に関する知識など参考になり助かります。

【田川市：I・T様】

●組合員紹介を読むのが毎月の楽しみで、色々と参考にしていきます。

【福智町：O・S様】

●9月号に老人性難聴の掲載がありました。私は難聴なので本当に思い当たることばかりで参考になりました。

【田川市：T・N様】

●毎月グリーンハートを楽しみにしています。先月号の女性部活動による、ホウ酸団子の作り方はとても参考になります。また、料理も楽しみにしており、運勢も「なるほど」と、うなずける事もあり面白いです。

【香春町：N・M様】

●毎回パズルで頭の体操をします。

【田川市：N・K様】

●毎月、組合員紹介や活動記事を楽しく見えています。

【福智町：H・K様】

●お便り誠にありがとうございます。これからも皆様を読みやすく楽しめるような誌面作りに頑張つていきます。

●他にもたくさんのお便りありがとうございます。

●今後ともJAたがわ広報誌「グリーンハート」を

●よろしくお願い致します。



シェフ永井のおすすめ

永井 智一 (ながい・ともかず)
茨城県笠間市にある
「天晴 (旧キッチン晴人)」オーナーシェフ



レシピ1

梨とイチジクのサラダ

材料(4人分)

- ・梨 (くし切りで1/8にカットし塩水に漬けておく) …… 1個
- ・イチジク (半切り) …… 2個
- ・サツマイモ (乱切りして蒸しておく) …… 1本
- ・マイタケ …… 1パック
- ・生ハム …… 1パック
- ・ハーブ類
- ・エキストラバージンオリーブ油 …… 適宜
- ・レモン汁 …… 1/2個分
- ・岩塩 …… 適宜

【作り方】

- ①オーブン(トースターでも可)を熱し、イチジク、サツマイモ、マイタケを焼き上げる。
- ②器に梨、焼き上げたイチジク、サツマイモ、マイタケ、生ハムを彩りよく盛り付け、エキストラバージンオリーブ油、レモン汁を回し掛け、岩塩を振りハーブ類を散らして出来上がり。



レシピ2

秋サケのクリームソース

材料(4人分)

- ・秋サケ …… 切身4切れ
- ・カボチャ (乱切りして蒸したもの) …… 1/8個
- ・サツマイモ (乱切りして蒸したもの) …… 1本
- ・シメジ (小房にばらしておく) …… 1パック
- ・モロッコインゲン (3cm幅に切りゆでしておく) 2本
- ・イクラ …… 大さじ2
- ・生クリーム (乳脂肪分43%程度のもの) 200ml
- ・白ワイン 大さじ2
- ・砂糖 …… 小さじ1
- ・塩・こしょう 適宜
- ・小麦粉 …… 少々
- ・サラダ油 小さじ1
- ・バター …… 小さじ1

【作り方】

- ①フライパンにサラダ油を熱し、小麦粉をはいた秋サケを中火で両面焼き、白ワインを入れ、いったん火を止める。
- ②①のフライパンにバター、カボチャ、サツマイモ、シメジ、生クリーム、砂糖を入れ、弱火にして塩・こしょうをして10分ほど煮込む。
- ③ソースがとろりとしてきたら器に盛り付け、モロッコインゲンを添え、イクラをかけて出来上がり。

今月のあなたの運勢

2021年
10月

モナ・カサンドラ★プロフィール
占いを学術的に解析する「ルネ・ヴァン・ダール研究所」の研究生となり、占星学のロジックを徹底的に解説・探究。コンピュータによるホロスコープ作成の道を開いた。現在は執筆活動をはじめ、さらなる占星の研究を重ねている。ルネ・ヴァン・ダール研究所 <https://www.rene-v.com/>

<p>♈ 牡羊座 (3/21~4/19)</p> <p>【全体運】 対人運が活性化。気持ちの触れ合いを大切に。仲良しが増えそう。ちょっとした工夫が幸せを運んできます</p> <p>【健康運】 無茶はしないで。安全を確認してから</p> <p>【幸運の食べ物】 ジャガイモ</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 整理整頓、片付けを優先しましょう。絡まっていた問題もすっきりしてきます。分析的な思考方法で成功へ</p> <p>【健康運】 旬の食材を取り入れた食事で元氣回復</p> <p>【幸運の食べ物】 リンゴ</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 新しいことを始めるなら協力者を探しましょう。コミュニケーションを取る過程で計画もブラッシュアップ</p> <p>【健康運】 良好。スポーツは好成績が期待できます</p> <p>【幸運の食べ物】 マツタケ</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 より過ごしやすい環境を目指す運勢が活性化します。部屋の模様替えはお勧め。家族団らんの時も大切に</p> <p>【健康運】 運動は準備体操から。筋肉をよくほぐして</p> <p>【幸運の食べ物】 ギンナン</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 人運が上昇。友人たちとおしゃべりを楽しめます。有益な情報もキャッチでき笑顔がこぼれそう。買い物にもツキ</p> <p>【健康運】 新しい運動や健康法も試してみましょう</p> <p>【幸運の食べ物】 カボチャ</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 迷ったときは先に進まないように。十分に情報を集めてから行動を起こしましょう。蓄財、スキルアップは積極的に</p> <p>【健康運】 食事は楽しく。彩りの良いメニューが◎</p> <p>【幸運の食べ物】 チンゲンサイ</p>
<p>♎ 天秤座 (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 運勢に勢いがあり目標に向けて始動するのに最適。無理を通せるときだけに周囲への配慮も忘れずに。情報発信を</p> <p>【健康運】 我慢し過ぎは禁物。不調を感じたら病院へ</p> <p>【幸運の食べ物】 ニンジン</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 予定を詰め込み過ぎないで。マイペースを保てる「余裕」が勝利の鍵を握っています。音楽や映画観賞がお勧め</p> <p>【健康運】 ゆったりティータイムでリフレッシュ</p> <p>【幸運の食べ物】 レンコン</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 交友関係が活発化。楽しい時間を持てます。頼まれ事は引き受けて。あなたからのお願いも聞いてもらえるはず</p> <p>【健康運】 最近話題の健康グッズなどを試してみても</p> <p>【幸運の食べ物】 エビイモ</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 努力が空回りしがち。うまくいかないときは根本からやり方を見直してみよう。必要がありそう。下旬以降は好転の兆し</p> <p>【健康運】 オーバーワークに気を付けて。休息も大切に</p> <p>【幸運の食べ物】 柿</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 好調です。かなりの無理も今年なら通るはず。用意周到に漏れなく進めましょう。うれしい結果が待っています</p> <p>【健康運】 ハードなスポーツやレジャーも楽しめます</p> <p>【幸運の食べ物】 カラシナ</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 前に読んだ本や雑誌などを見返して。役立つ発見がありそう。困ったときは経験者に話を聞くのがお勧めです</p> <p>【健康運】 ぬるめのお湯にゆつくりつけてリラックス</p> <p>【幸運の食べ物】 栗</p>