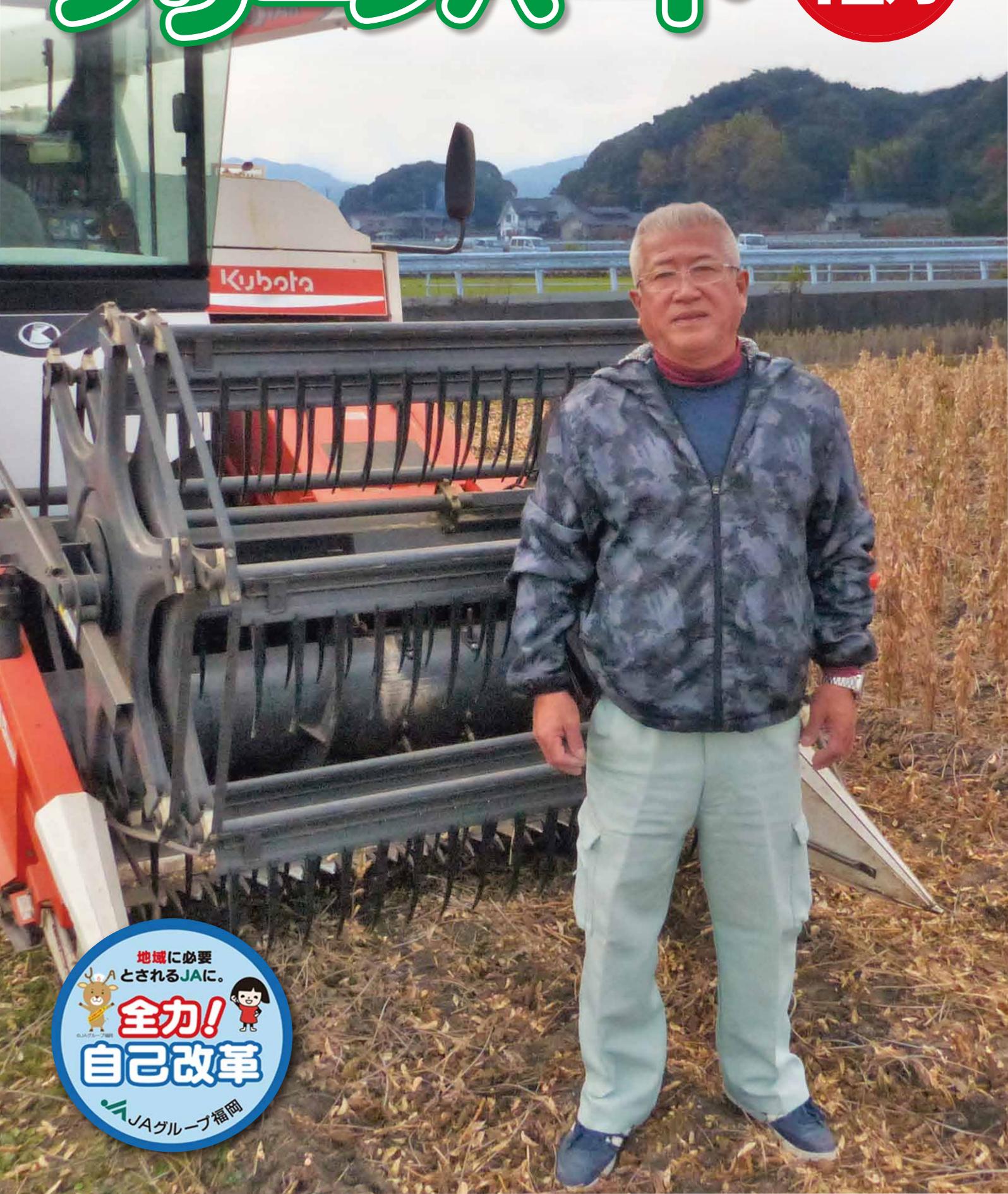


・人 たがわ

グリーンハート

— 發らぶ TAGAWA —
2021年
12月



肉畜共進会で農林水産大臣賞受賞

第57回福岡県肉畜共進会が10月7日(木)に太宰府市のJA全農ミートフーズ(株)で開催され、当JA管内より2名の生産者が、国産牛(交雑種およびホルスタイン)の部、肉豚の部に出品し、肉豚の部で赤村の船原務氏が自身初となる金賞を受賞しました。

今年はコロナ感染拡大防止のため、表彰式の開催が中止となりましたが、代わりに10月19日(火)赤村役場で道村長・春岡副村長・JAたがわ田中組合長・佐々木営農担当常務他で表彰状授与式が行われました。

船原氏が出品された肉豚の部では枝肉のバランス、肉付き、脂肪の付着、肉のキメ、シマリ、色沢の判断基準で審査が行われ出品

共進会とは、肉畜の改良増殖と肥育技術を図るために58年前から行われている福岡県最大の畜産イベントで、格付け・枝肉重量・歩留まり・色などの厳しい審査で行われます。

した4頭中3頭がランク極上の最高評価を得たため肉豚の部で金賞を受賞されました。また船原氏の極上3頭は福岡県肉畜共進会史上初の快挙で、全部門(肉豚・和牛・国産牛)の中で最優秀であったとして農林水産大臣賞が授与されました。なお、肉豚の部で農林水産大臣賞を受賞したのは第53回大会以降農林水産大臣賞として初の快挙です。誠におめでとうございました。

船原氏は「この賞は、私ひとりの力で受賞できたものではありません。飼料から始め全て関係者の皆さんのご協力が有ったからこそ賞です。今後も更に輝かしい賞が獲れるよう頑張っていきたい。」と笑顔で話していました。



左から 船原氏 田中 組合長

● 第54回 J A福岡県青年部大会開催 ●

〈 大任支部 高木隆一氏 優秀賞受賞 〉

第54回 J A福岡県青年部大会が令和3年10月27日、福岡ガーデンパレスにおいて開催されました。例年はヒルトン福岡シーホークで開催され、福岡県内から約400名の盟友が参加していましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により昨年は中止、今年度も実出席は各 J A 青(壮)年部長、県青協委員、事務局のみの出席に限られ、他盟友についてはWEB配信での視聴となり、事前に発表時の模様を撮影し、その映像を当日上映することとなりました。

今大会では組織活動実績発表表及び J A 青年の主張の出場者が各地区(福岡・久留米・小倉)から1名ずつ選出され、 J A たがわ青壮年部大任支部の高木隆一氏が小倉地区の代表として、 J A 青年の主張を行いました。

今回の発表で高木隆一氏は「大

任町の農業が発展する為に」と題し、大任町で就農する迄の経緯や就農後の失敗談や現在の経営状況、今後の課題等を発表しました。惜しくも最優秀賞とはならなかったものの、優秀賞を受賞されました。青壮年部長は「どうしてもひいき目になってしまいが、高木君の発表が一番良かったと思う」と語っていました。



左から 富士本 稔 部長 高木 隆一氏 松尾 英徳 県青協委員

● 福岡県麦大豆共励会で本年度も受賞 ●

令和3年10月28日に令和2年度福岡県大豆作経営改善共進会及び令和3年度福岡県麦作共励会表彰式が吉塚サンヒルズホテルで開催されました。

令和2年度福岡大豆作経営改善共進会農家の部で田川市の株式会社レインボーファーム(代表松崎裕治氏)が優秀賞を受賞されました。株式会社レインボーファームは部分浅耕—工程播種技術を取り入れ収量の増加と生産にかかる作業面でのコストの削減を行い、所得の向上を図ったことが評価されました。

また、令和3年度福岡県麦作共励会農家の部で株式会社レインボーファーム(代表松崎裕治氏)が優良賞に、集団の部で香春町の農事法人組合かわら夢ファーム(代表筒井桂治氏)が優秀賞を受賞されました。栽培における基本管理を確実にを行い、部分浅耕—工程播種技術による適期播種とコスト低減を図り収量を著しく上げたことが評価されました。

後日、お二方とJAたがわ麦大豆部会山口忠秋部会長が田中組合長へ受賞の報告に訪れ、この受賞を機に田川産麦大豆の品質向上を目指し、安定生産を行い所得向上に努めたいと報告されました。組合長からは「近年JAたがわ管内より毎年受賞されていることに大変心強く思います。これからもJAたがわ麦大豆部会の牽引役を担ってほしい」と伝えました。



佐々木営農担当常務 山口氏 松崎氏 筒井氏 田中組合長



山口氏 松崎氏 筒井氏



麦・大豆部会現地講習会 （福智町伊方地区ライスセンター）

JAたがわ麦大豆部会（山口忠 秋部会長）は、10月27日（水）福智町伊方にて麦の播種前現地講習会を開催しました。

や畝上げ機による明渠（めいきよ）作り、新型サブソイラーの紹介、暗渠（あんきよ）排水出口の洗浄実演等を行いました。

講習会には、約50名の生産者が参加し、令和4年産の麦作の収量増大にむけて普及センター福原技師より基本的な栽培管理の説明等があり、今回は普及センターで行っている麦追肥重点型栽培の試験結果を照会し、農家への推進を行いました。説明のあと、排水対策をテーマとして近隣圃場での実演会では、部分浅耕二工程播種技術のロータリー爪の取り付け方



講習会



実演会

大豆刈取り本格化

たがわ管内で431ヘクタールの大豆刈り取りが始まりました。本年度は、9月以降の好天により育成がよく刈取りが一週間程度早くなりました。福岡県内では、8月の長雨等の影響で非常に不作となっている中、管内では適期播種に努め7月20日までの播種率80%、現在のところ収穫量は平年より増加が見込まれています。



JAたがわ管内で農業体験

各地域で農業体験が行われ、子供たちが作物の収穫体験をしました。

- 10月25日(月)：後藤寺小学校5年生 稲刈り体験
- 10月25日(月)：金川小学校2年生 芋掘り(紅あずま)収穫
- 11月4日(木)：金川小学校5年生 稲刈り(もち米)体験

10月25日(月)
後藤寺小学校
5年生



10月25日(月)
金川小学校
2年生



11月4日(木)
金川小学校
5年生



オンラインによる競り

10月28日(木)、西日本最大規模を誇る、なにわ花いちばにおいてオンラインを利用して競りに参加する花屋と仲卸業者にJA田川集荷場から花卉担当職員が、モニターを通じて出荷最盛期のトルコギキョウ、ダリア、アスター、草花等の紹介を行いました。

今後に向けても、なにわ花いちばでの定期的な産地・品目紹介を継続していきます。



11月14日(日)に福岡県の取組である「ふくおか農林漁業体験オンラインツアー」がトルコギキョウ専門部部会員圃場で行われました。女性部会員よりモニターを通じてトルコギキョウのPRや、生産者の紹介、事前につけておいたトルコギキョウや草花を使つてのアレンジメント教室等、消費者との交流を行いました。



JAたがわ花卉部会
赤支部花供養

JAたがわ花卉部会赤支部(在津圭太支部長)は、11月8日(月)に農事組合法人赤村花卉生産営農組合施設内で花供養を行いました。

この花供養は、部会員が1年間健康に過ごせ花卉を販売し、生活ができていることに感謝するため毎年行われています。

道廣幸赤村長、部会員、JAたがわ佐々木営農担当常務合わせて19名が出席し執り行われました。



花卉部会 赤支部 在津部会長

職員研修会

10月30日(土)、11月6日(土)に本所3階大会議室で、職員研修会・人権同和研修会を開催しました。

田中組合長の挨拶のあと、原伸一先生を講師に招き「人権問題の現状と課題」と題し



原 伸一先生

た講演が行われました。講演終了後、坂本専務の上半期の事業報告のあと、各部長より中期方針進捗状況、下半期の事業取り組みや職員へのコンプライアンス意識の向上等の説明がありました。また、今年1月に業務提携した新電力ナランワエナジーより電力事業推進取り組み研修が行われ、役職員は最後まで聞き入っていました。



川崎女性部 パッチワーク教室

川崎支部(田所美恵子支部長)は10月18日(月)、川崎支所2階にてパッチワーク教室を開催しました。田所支部長より「コロナウイルス感染症拡大により支部活動ができませんでした。緊急事態宣言が解除となり2年振りの支部活動です。コロナウ

イルスに負けず、川崎支部として本日は楽しみましょう。」と挨拶がありました。今回はJA共済キャラクタリーのアンパンマンをモチーフにし、緊急連絡メモ入れ作りに挑戦して、思い思いの個性あふれる作品が完成しました。





生産者インタビュー

専業農業者

やすたけ
安武

ひでき
秀樹さん(62)

【大任支所管内】

「私が小学校低学年の時から、親と一緒に田畑へ出向き農作業を手伝っていました。」と話す秀樹さんは、現在、米1.5ha、露地野菜としてブロッコリー、キャベツ、大根、白菜、高菜を栽培しており、20年前より大豆営農組合を設立し、大豆26haを作付けしています。

「高校を卒業後、大工の道を行っていた。私が42歳の時に大豆の営農組合を設立するので、一緒に大豆を作付けしよう。と声をかけてくれたので、その時から本格的に専業農家として今に至る。」

また、「水田や畑もそうだが、特に大豆の草取りを手作業でしているので、毎年本当に苦勞します。また、排水対策も大事な作業です。」と苦勞話をしてくれました。

趣味は18歳から車のメンテナンス作業やドライブ、30歳から始めた川での

ウナギやスッポンを釣ることだそうです。

最後にひとこと尋ねると

「体調管理に気をつけて、体が動く限り農作業をしたい。」

一生懸命作った作物が無事に実り食べられることが農業をやってよかったことです。また、田植えや収穫時期は、子供たちが必ず帰ってきて農作業を手伝ってくれることが幸せな瞬間です。時間をみつければ妻とドライブに行くのが楽しみなひとときです。」と笑顔で話してくれました。

秀樹さん、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。

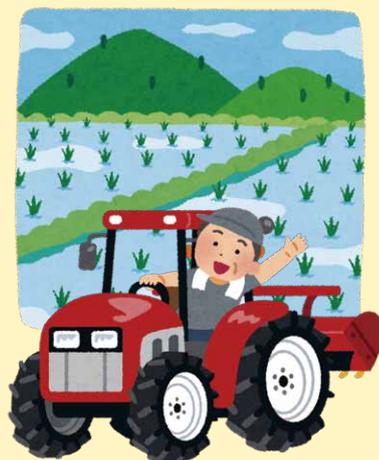
12月号は

「令和3年産水稻を振り返って」です。

令和3年産水稻の生育概況

梅雨入りが平年より20日早かったものの梅雨期間(5月15日～7月13日)の降雨は少なく、田植えの際の水不足が懸念されましたが、順調に田植えは進みました。6～7月が少雨・高温で推移しましたが8月が寡照・多雨となったため、出穂期は早生品種(夢つくし、元気つくし)では2日程度早く、中生品種(ヒノヒカリ)では平年並みとなりました。

9月17日に台風14号が本県に上陸しましたが、大きな被害はありませんでした。福岡県北東部における水稻の作況指数(10月25日現在)は98の「やや不良」でしたが、1等比率は全体で40%と例年より高い状況です。病害虫では、生育前半の高温による紋枯病とカメムシ類による被害粒の発生が目立ちました。



今年産の主要病害虫の発生状況について

1. いもち病

今年は8月中下旬が長雨となり、いもち病の発生好適条件と言われる低温・多雨の状態が長く続きました。さらに、断続的に降雨があったことで出穂後の基幹防除が適期に行えなかったことも重なりましたが、被害はあまり見られませんでした。

この要因として、長雨までに箱施薬剤と田植え後1か月の本田剤(コラトップ粒剤5等)を適切に使用したためと考えられます。また、いもち病は菌の胞子が葉の表面にある水滴を伝って稲体に侵入・感染しますが、降雨量が多いと水滴が洗い流されてしまうため、感染のリスクは下がります。今回の長雨は8月11日～26日と長期間になりましたが、この期間の降水量が697ミリ(飯塚アメダス計測値)と極めて多かったため、いもち病の感染が広がらなかったものと思われます。

しかしながら、本田剤を使用していない圃場において、いもち病の重症事例(ずり込み症状)が見られていることから、基幹防除の徹底は田川地域においてはとても重要です。



ずり込み症状

2. トビイロウンカ(秋ウンカ)

今年産ではトビイロウンカによる坪枯れの発生は見られませんでした。中国大陸からの飛来が少なく、ウンカ類への効果の高い箱施薬剤(防人箱粒剤等)を使用したことが要因と思われます。

来年産以降も「防人箱粒剤」等の効果の高い箱施薬剤を使用し、トビイロウンカの圃場への飛び込みが見られましたら早めの防除を徹底しましょう。

籾殻を利用しませんか？

JAたがわカントリーエレベーターでは籾殻の無料提供を行っています。

期間：令和3年12月から令和4年3月までの営業日

＼ 籾殻は米の皮で使い道はたくさんあります！ ／

籾殻は米の一番外の皮にあたり、精米所で生成される糠（ぬか）と比べるとかなり固さがあります。理由は稲が育つ過程で栄養として土からケイ酸を他の食物より比較的多く吸収して非常に強度のある外皮を作り外的から米を守る性質があるからです。

下記の通り籾殻を利用方法例があります。是非ご利用下さい。

① 土に混ぜる活用方法

籾殻は土に混ぜるだけで通気性だけではなく固い地面をやわらかく改良する効果も期待することができます。土が固い畑だと植物が根をしっかりと張ることが難しく成長しにくいですが籾殻を土に混ぜるだけで根張りを良くすることができます。

あまり肥料としての効果はありませんが土に混ぜるだけで土壌改良に利用することができるので、趣味などで畑仕事をしている方にはおすすめです。またすぐに分解されないので有毒なガスなども溜まりにくいです。

② 地面に撒く活用方法

植物が病気になる理由の一つとして雨が地面に当たり跳ね返った飛沫が付着することで病気になる場合があります。

籾殻で地面をマルチングしておくことで跳ね返りを抑えてくれるので病気の防止になります。

ご希望の方は、カントリーエレベーター（☎45-8396）までご連絡ください。

一人権週間をご存知ですか？

1948年12月10日に国際連合で世界人権宣言が採択されたのを機に、わが国では翌年から毎年12月10日を最終日とする1週間を人権週間と決めました。

人権はだれもが生まれながらにもっている権利です。私たち一人ひとりの生命や自由・平等を保障し、日常生活を支えている大切な権利です。

人 権 週 間

2021年12月4日～12月10日

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

2021年10月25日より、**ATMご利用手数料が変更**になっております。

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の掲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等があります。「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の掲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日より開始されております。

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(5万円以上)	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

※給料振込は振込額が5万円以上の方が対象となります。

※詳しくはお近くのJA窓口へお問い合わせください。

金川直売所からのお知らせ

年末大売出し開催!!

売出期間: 12月28日(火)~30日(木)
営業時間: 9時~18時まで

12月31日(金)は午前中^{のみ}の営業とさせていただきます。令和4年1月1日(土)から4日(火)までお休みいたします。

※1月5日(水)9時より通常営業致します。

年末年始の「JAキャッシュサービスコーナー」 ご利用のご案内

年末年始における「JAキャッシュサービスコーナー」は、
下記のとおり営業させていただきますので、ご了承のほどよろしくお願い申し上げます。

1. 年末のご利用時間

12月30日(木) / 店舗ATMは通常通りご利用できます

※金川直売所のATMもご利用可能です。8:45~19:00

※道の駅おおう桜街道のATMもご利用可能です。9:00~18:30

12月31日(金) / 店舗ATMはご利用できません

※JAバンク及び道の駅おおう桜街道のATMはご利用いただけます。

注)金川直売所ATMのご利用時間は8:45~12:00までとなっております。

注)道の駅おおう桜街道ATMのご利用時間は9:00~17:00までとなっております。



2. 年始のご利用時間

1月1日(土) / 店舗ATM及び金川直売所ATMはご利用できません。

2日(日) / 店舗ATM及び金川直売所ATMはご利用できません。

3日(月) / 店舗ATM及び金川直売所ATMはご利用できません。

1月4日(火)より通常通りご利用いただけます。

※JAバンク及び道の駅おおう桜街道のATMはご利用いただけます。

注)道の駅おおう桜街道ATMのご利用時間につきましては、1月1日・2日は9:00~17:00まで、1月3日は9:00~18:30までとなっております。

SS 年末年始日程表

	12/27(月)	12/28(火)	12/29(水)	12/30(木)	12/31(金)	1/1(土)	1/2(日)	1/3(月)	1/4(火)
添田SS									
採銅所SS	営業時間 7時~19時	営業時間 7時~19時	営業時間 7時~19時	営業時間 7時~19時	営業時間 8時30分 ~17時	休日			営業時間 7時~19時
金川SS						休日			
本所配送センター	営業時間 8時30分~17時	営業時間 8時30分~17時	営業時間 8時30分~17時	営業時間 8時30分~17時	休日				営業時間 8時30分~17時

※31日(金)SSの営業時間につきましては、8:30~17:00までとし、**配達は致しません**ので早めの注文をお願いします。

※1月4日(火)より通常営業致します。(7時~19時)

※年末の灯油配達には特に混み合いますので余裕をもって早めのご注文をお願いします。

理事会報告

令和三年十月二十九日(金)

【報告事項】

- (一) 仮決算報告
- (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) 内部統制基本方針運用状況報告
- (五) コンプライアンスプログラム等
上半期報告
- (六) 反社会的勢力対応に関する定期報告
- (七) 組合員加入脱退報告
- (八) 中期方針進捗状況報告
- (九) 令和3年産米 支所別検査・各施設
粉荷受実績報告
- (十) 大豆乾燥調製施設運営委員会報告
県下統一懸賞付定期貯金の取組に
ついて
- (十一) 利益相反取引実行結果報告

【付議事項】

なし



波打ちて

ウロコに見える
秋の川

太田 輝久

隙間風

幼きころの
物語

原田 祥二郎

今月の一句

健康百科

家族の健康 **冬の「皮膚掻痒症」に要注意**

健康科学アドバイザー
福田 千晶

乾燥によるかゆみの予防や対策として、屋外での農作業が終わったら、家の中では加湿器を使用し、湿度50%程度を目指し、室内の乾燥を防ぎましょう。

皮膚が乾燥していると、本来は深部に位置しているかゆみを感じる神経が角質層まで伸びてくるので、わずかな刺激でもかゆみを感じるようになるのです。

冬は空気の乾燥により、屋外での農作業中は皮膚が乾燥しがちです。特に高齢になると水分や皮脂の分泌が少なくなるため、乾燥による皮膚掻痒(そうよう)症が増えます。



肌表面は皮脂膜により乾燥から守られ、さらにその下の角質層には、角質細胞間脂質と水分を保持する天然保湿因子が整っています。しかし、乾燥や加齢によって脂質や水分が失われると、皮膚を保護する機能が弱くなり、ほんの小さな外力でも刺激となつてかゆみを引き起こします。

くなりませんが、強くすると皮膚を守る皮脂膜が落ちてしまいます。熱過ぎる湯、ボディソープの大量使用、ナイロン製のたわしやタオルで洗うことなども、同様に皮脂膜が落ちてしまうのでやめましょう。入浴後は保湿剤を塗って乾燥を防ぎます。また、下着はかゆみを引き起こしやすい化学繊維より、木綿やシルクといった肌に優しい素材を選ぶと良いです。

激しいかゆみで苦痛が生じたり、市販の保湿剤を塗っても治らない場合は、皮膚科を受診してください。すでに治療中の病気のある人は、その病気がかゆみの原因になっていたたり、薬の副作用で皮膚の異常が生じたりすることもあるので、主治医にも相談してください。

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~E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

- ① 一年の終わり。年の――
- ② 広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- ③ 農機具などをしまっておく建物
- ④ 定期貯金が――を迎えた
- ⑤ 家事をする際に着ける前掛け
- ⑦ 家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- ⑨ スプリングとも呼ばれる部品
- ⑩ 酒よりお菓子の方が好きです
- ⑬ 無地のものには付いていません
- ⑮ お――の家に回覧板を回した
- ⑰ 食べ過ぎると手が黄色くなるかも?
- ⑲ 大みそかの空に響く除夜の――
- ⑳ プラスでもマイナスでもないことを示す数字



11月号の答え
▼ カンツバキ

1	6		11	14	18	22
2		8		15		
		9	12		19	
	7			16		
3			13			23
4		10		17	20	
5					21	

- タテのカギ
- ① 石川県を代表する色絵磁器といえは――焼
 - ③ 出生届を出すまでに決めます
 - ⑥ 花などで作るハワイの首飾り
 - ⑦ ホップステップ――
 - ⑧ 炭を入れて使う暖房器具
 - ⑩ kg, kmのk
 - ⑫ はがきを買ってきて――状態を書いた
 - ⑭ 弓に矢をつがえて狙うもの
 - ⑮ ソーセージの種。薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
 - ⑰ サンタクロースのそりを引きます
 - ⑲ 木枯らしも風おろしもこれ原価に利益や経費を盛り込んで使います
 - ⑳ まきをくへて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです

63 7825-8588
田川農業協同組合
総務部管理課

★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
12月15日(水)

組合員紹介



ざいき 材木 幸信さん (68) ちずこ 千鶴子さん (65)
住所・田川郡川崎市

「早朝ウォーキングが毎日の日課です。」と話す幸信さんは高校卒業後18歳から4年間ニッセキハウスに務め、その後は65歳を迎えるまで川崎町役場の教育委員会で勤務していました。現在、米25a作付けしています。

「今後の楽しみを尋ねると「体調管理に気を付けて健康を保ち、元気なうちは稲作を頑張る。可愛い孫の成長が楽しみです。」奥様の千鶴子さんは「コロナウイルス感染症が終息したら、また二人で紅葉を見るなどして楽しみたいですよ。」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。

● 運勢、健康百科、今月の一句を毎回楽しみに読んでいます。
【香春町：I・H様】

● グリーンハートが来るのを楽しみにして読んでいます。クロスワードで頭の体操と面白いポケ防止にしていますので、これからもお願いします。
【大任町：S・S様】

● 先月号の健康百科「こむら返り」が参考になりました。
【香春町：K・H様】

● 組合員紹介が毎号楽しみです。
【香春町：H・M様】

● 毎号楽しみに拝読しています。特に組合員紹介、健康百科やクロスワードが楽しみです。私はトラクターを運転しませんが大シートベルト着用が必要だと参考になりました。
【大任町：O・A様】

● 毎月パズルを楽しみにしています。料理は参考レシピにしています。
【添田町：A・T様】

● 健康百科を読むのが楽しみで、クロスワードを解くことにより頭の体操に適しているので認知症予防に役立ちます。
【福智町：K・T様】

● グリーンハートをいつも楽しみに見えています。特に料理を参考に、運勢での幸運の食べ物も毎月食べています。
【香春町：M・Y様】

● 健康百科で「こむら返り」の事が掲載されていて、私も時々なっていたので参考になりました。のんき家族は大好きです。栗の料理はとても参考になりました。
【田川市：I・R様】

● トラクター運転時よる事故の時にシートベルト着用していないと大変危険なことだと分かりました。
【福智町：S・T様】

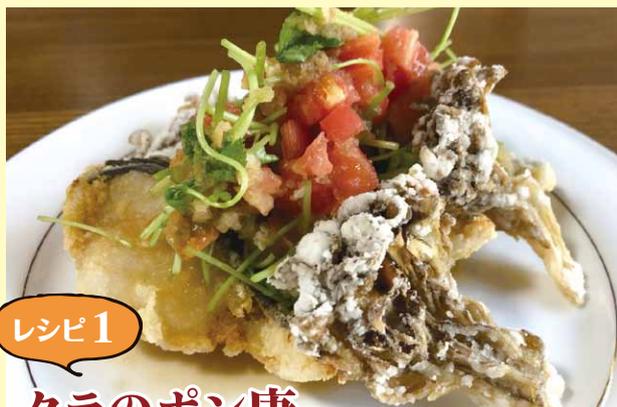
お便り誠にありがとうございました。これからも皆様を読みやすく楽しめるような誌面作りに頑張っていきます。

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J・A・たがわ広報誌「グリーンハート」をよろしくお願ひ致します。



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

タラのポン唐

材料(3人分)

・生タラ …… 適宜
・片栗粉 …… 適宜
(薄塩を振って1時間ほど置いておく) 3切れ
・サラダ油 …… 適宜
・マイタケ …… 1/2パック
・塩 …… 適宜

A(ポン酢だれ) ポン酢大さじ4、大根おろし大さじ3
ゆずこしょう小さじ1、ミツバ(1cmほどのみじん切り) 1/2把
トマト(さいのみ切り) 1個

【作り方】

- ①生タラの水気をしっかりと拭き取り、大きめにほぐしたマイタケと一緒に片栗粉をまぶす。
- ②サラダ油を180度に熱し、①の生タラを表面がカリツとなるくらい(5~6分目安)しっかりと揚げる。続いてマイタケも揚げ、揚げ上がった両方に薄く塩を振る。
- ③皿にタラとマイタケを盛り付け、混ぜ合わせたAを上から掛けて出来上がり。



レシピ2

サンマのカレー煮

材料(3人分)

・生サンマ(頭、尾、わたを取り3等分に切り) …… 2個
・薄塩を振って1時間ほど置いておく) 2本 (千切りして水にさらす) 2個
・薄力粉 …… 適宜
・ニンニク …… 1片
・トマト(大きめの角切り) …… 2個
・タカノツメ …… 1本
・セロリ(筋を取って乱切り) …… 1本
・オリーブ油 …… 大さじ3

A(合わせ出し汁) 水200ml、カレー粉小さじ1、顆粒だし小さじ1
料理酒大さじ2、みりん小さじ2、酢小さじ2、しょうゆ小さじ1
塩小さじ1/2

【作り方】

- ①サンマに薄力粉を薄くはたき、フライパンにセロリ、トマト、タカノツメ、ニンニクと一緒に並べ、上からオリーブ油を回し掛ける。
- ②①を強火にかけ、サンマの両面が焼き上がったたら、Aを入れて強火のままふたをして煮る。
- ③②の煮汁が少し残るまで煮詰め火を止め、皿に盛り付け、上にミョウガをのせて出来上がり。

今月のあなたの運勢

2021年
12月

モナ・カサンドラ★プロフィール

古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】 大きな前進が見られます。これまでの状況を再確認し、分析を加えましょう。冷静さが成功を導きます</p> <p>【健康運】 慢性的な不調を改善するチャンス。検査吉</p> <p>【幸運の食べ物】 ニンジン</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 気になることが多そうですが、次第に改善へと向かいます。考え過ぎは禁物。時が味方してくれるまで待つ◎</p> <p>【健康運】 無理をせずスローモードでの行動を心掛けて</p> <p>【幸運の食べ物】 八つ頭</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 運勢は活発な動きを見せています。友人や知人からのアドバイスは耳が痛いものが多そうですが、かなり有効です</p> <p>【健康運】 むくみに気を付けて。トイレは小まめに</p> <p>【幸運の食べ物】 ゴボウ</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 整理整頓に力を入れるのは吉兆。大掃除は早めに取り掛かりましょう。予定を入れ過ぎないように心掛けて</p> <p>【健康運】 菓の飲み過ぎに注意。処方を守って</p> <p>【幸運の食べ物】 下仁田ネギ</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 問題が解決へと向かう幸運期。難しく感じても諦めずに前進を。金運も回復。年の瀬は豊かに過ごせそう</p> <p>【健康運】 前半は室内でのけがに気を付けて。後半は快適</p> <p>【幸運の食べ物】 ヤーコン</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 恵みの多い期間です。いらつくこともありますが、あなたの思いやりが状況を緩和。感謝されるでしょう</p> <p>【健康運】 楽しみながらできる運動にツキあり</p> <p>【幸運の食べ物】 ブロッコリー</p>
<p>♎ 天秤座 (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 あまり欲張り過ぎないように。優先順位を付けて計画的に動くとな得の結果に。「生活の知恵」を大いに活用して</p> <p>【健康運】 食事のメニューはきれいな彩りを意識して</p> <p>【幸運の食べ物】 ユリ根</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 トラブルは解消へと向かい運勢は穏やかに。心残りのないよう、やりたいことを仕上げましょう。友人との交流吉</p> <p>【健康運】 頑張り過ぎないように。歯の治療は早めに</p> <p>【幸運の食べ物】 ワサビ</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 運勢は活気つきパワフル。どんどん動いた方が幸運を呼び込めます。リーダーシップを発揮する場面もあり</p> <p>【健康運】 頭痛対策を。ストレスをためないように</p> <p>【幸運の食べ物】 芽キャベツ</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 人気運に恵まれ心温まる出来事の多いとき。あなた自身の親切が周囲をハッピーにすることもしばしば。金運も良好</p> <p>【健康運】 足元に気を付けて。足浴、つぼの刺激が◎</p> <p>【幸運の食べ物】 ホウレンソウ</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 一言多いのは失敗のもと。協調性を見せると良い方向にまとまっていきます。分からないことはネットで検索</p> <p>【健康運】 目の周りを温めるなど、疲れ目のケアを</p> <p>【幸運の食べ物】 カリフラワー</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 うまくいかないときもあるもの。無理は禁物です。困ったら1人で悩まないで。専門家の意見を聞いてみましょう</p> <p>【健康運】 腰痛、関節痛の予防には筋トレがお勧め</p> <p>【幸運の食べ物】 壬生菜</p>