

たがわ

# グリーンハート

— 産らぶ TAGAWA —  
2022年  
11月



# 肥料価格高騰対策事業申請の ご案内

## 「肥料価格高騰対策事業」の概要

### ～肥料価格高騰に直面する農家の皆様の肥料費を支援します～

現在、エネルギー価格の上昇に加え中国の肥料原料輸出の停止及びロシアのウクライナ侵略等の影響さらに円安により、化学肥料原料の調達経費が大幅に上昇し、肥料価格が急騰していることから、JAグループをはじめ農政連等が支援要請を強く求めるなか、国と福岡県による肥料価格高騰対策が下記のとおり実施されますので、ご案内致します。

#### 1 支援金概要

化学肥料の2割低減の取り組みを行う農業者（販売農家）に対して肥料コスト上昇分の85%（国：70%、福岡県：15%）の支援金があります。

※販売農家とは、農産物を農協や直売所等へ出荷される方、また、消費者等へ直接販売される方で販売の証明ができる方。自家消費の方は対象になりません。

#### 2 支援要件

化学肥料の2割低減を実現するため、取り組みメニューの中から3つ以上を来年度までに実践することが要件です。

【取り組みメニューの例】 ○土壌診断による施肥設計 ○生育診断による施肥設計  
○堆肥の利用 ○有機物肥料の利用 ○緑肥作物の利用  
○その他都道府県が認めた技術など、15項目

#### 3 支援金額

①当年の肥料費②前年からの肥料価格の上昇率③施肥コストの低減率(0.9)から算出して支援します。

※国が70%、福岡県が15%、合計85%の支援

【支援金による補填額計算式】

(当年の肥料費－(当年の肥料費÷価格上昇率÷コスト低減率0.9))×0.85

※価格上昇率(秋肥：R4.6～10月)は国が毎月示す農業物価統計の8月の肥料価格が前年同月比1.38倍となったことを踏まえ1.4倍で決定しています。

尚、価格上昇率(春肥：R4.11～R5.5月)は、令和5年2月に決定する予定です。

#### 4 対象となる肥料

令和4年6月から令和5年5月までに購入した(する)肥料。

※ただし、水稻共計予約注分を含め令和5年2月中旬が申請の締め切りです。

#### 5 支援金申請、支払時期

●申請時期：令和5年2月中旬まで ●支払時期：令和5年3月以降予定

※申請手続きは、JAたがわよりご購入した肥料を申請対象といたします。

尚、他店(ホームセンター等)での肥料購入分につきましては他店での申請になります。

◎尚、申請方法など詳細につきましてはグリーンハート12月号で詳しくご案内させていただきます。

支援金に関する申請・お問い合わせは営農企画課【TEL22-9200】へお願い致します。

令和4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4年産			令和3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	600	11,700	11,100	11,700	0
			2	10,800		11,400	10,800	11,400	0
			3	9,780		10,380	9,780	10,380	0
夢つくし	1.85	14.0%~ 15.0%	1	11,700	600	12,300	11,700	12,480	-180
			2	11,400		12,000	11,400	12,180	-180
			3	10,380		10,980	10,380	11,160	-180
元気つくし	1.85	14.0%~ 15.0%	1	11,700	-300	11,400	11,700	11,700	-300
			2	11,400		11,100	11,400	11,400	-300
			3	10,380		10,080	10,380	10,380	-300
ヒノヒカリ	1.85	14.0%~ 15.0%	1	10,200	300	10,500	10,500	11,520	-1,020
			2	9,900		10,200	10,200	11,220	-1,020
			3	8,880		9,180	9,180	10,200	-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たがわでは地産地消、県産県消を推進するため、お米の出荷拡大に取り組んでいますので、全量出荷をお願い致します。
- 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致します。
- 検査結果・振込金額については、各出荷者へ個別概算金振込通知書をお渡し致します。

令和4年産米概算金決定のお知らせ

令和4年産米の需給状況につきまして、全国的な米消費の減少に加え新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、令和4年6月末民間在庫は前年比より1万トン減少した217万トンとなりましたが、国の適正在庫数量180万トンに対し

37万トン過剰となっております。このような状況の中、令和4年産米の概算金につきましては、需要の減少及び米の在庫数増加等により、価格の下落が懸念されており、その状況を踏まえ昨年より低い概算金となっております。

各地域で農業体験

各地域で、農業への理解促進や農業の魅力を発する食育活動として、児童たちによる稲刈りや、枝豆収穫の体験が行われました。

初めて鎌を使う児童は、力の入れ具合が分からず苦戦していましたが、次第にコツをつかみリズムよく刈れるようになったり、枝豆畑では力エールやバツが隠れていたりと田畑には児童たちの元気な声が響き渡り、青空のもと最後まで楽しく一生懸命作業していました。

【稲刈り体験】

●9月13日(火)：：弁城小学校3~5年生

●10月3日(月)：：猪位金学園5年生

【枝豆収穫】

●10月13日(木)：：弓削田小学校4年生



弁城小学校  
3・4・5年生



猪位金学園  
5年生



弓削田小学校  
4年生



## 秋の収穫祭を開催します

10月30日(日)に、農産物直売所「来てみんねかながわ」で、秋の収穫祭を開催します。田川地区で採れた新鮮な

野菜をはじめ、新米・金川牛・鮮魚・花・加工品などを販売いたしますので、多数のご来店を心よりお待ちしております。

- 収穫祭 10月30日(日) 朝9時から夕方6時まで営業します。
- 新米1割引致します。  
(毎月、8日・18日・28日はお米の日で年間を通して1割引!!)
- 当日限りポイントが5倍!!  
(ポイントカードの発行は直売所でお買い物の際にスタッフへお申出ください。)



## おせちのご予約時期となりました!!

J A たがわでは、新年を祝うおせち料理を取り扱っています。おせちは重箱に冷凍で盛りつけた状態でお届けいたします。

年末年始に、ご家族での団欒や離れて暮らす大切な方への贈りものとしても最適です。折込みチラシをご覧ください。是非ご注文を宜しく

お願い致します。

ご注文の締め切りが11月11日(金)となっておりますので、最寄りの支所にて、ご予約を心よりお待ちしております。

また、ご不明な点がございましたら生活課「連絡先42-4173」までお気軽にお尋ねください。



※おせちは「御節」と書き、本来は暦上の節日(せちにち)を意味とし、節日は季節の変わり目にあたる祝日で、日本では古代から神にお供え物として宴を開いていました。その時につくられた料理が「御節供(おせちく)料理」と呼ばれたのが由来です。

## トルコギキョウ 秋出し現地検討会開催

トルコギキョウ専門部は9月8日(木)27日(火)に、東部地区トルコギキョウ部会は9月14日(水)に現地検討会を開催しました。

トルコギキョウ専門部については、コロナ禍の影響もあり数年ぶりの開催となりましたが、部会員、田川普及指導センター、JA職員を含む11名が参加しました。生育については、やや遅れているものの例年並みの品質で出荷となる見通しです。

東部地区トルコギキョウ部会は、部会員、田川普及指導センター、JA職員を含む8名が参加しました。

9月に発生した台風の影響で一部ハウスのビニールが破れ浸水した圃場もありましたが全体的に生育は順調で、7月下旬から高温少雨が

続き、ヤガ類の発生が多いた

め田川普及指導センターより追肥や摘心・摘蕾などの枝整理に加えて、LED照射によるヤガ類の飛行抑制技術や農薬の系統に留意したローテーション散布について

説明がありました。部会員からは、「自分が持っているLEDは効果があるのか、部会員の皆さんは何の農薬を使用しているのか」など、圃場巡回の中でヤガ類対策について意見交換が行われ、高品質化に向けた技術向上への意識が高められました。

出荷先には地元福岡をはじめ、関東や関西の大市場への出荷を予定しており、両部会とも11月の本格出荷に向け、更に良品質のトルコギキョウが出荷できるよう部会員一丸となり栽培に努めています。



▶東部地区  
トルコギキョウ部会



▶トルコギキョウ専門部

## 魂の供養 獣魂祭

じゅうこんさい

9月16日(金)、JAたがわ肥育牛部会(武田英文部会長)は、金川整備工場跡地内へ移転された獣魂碑前で獣魂祭を行いました。当日は、今年もコロナ感染拡大防止対策を講じ、肥育牛部会員、市場関係者等、JA役員合わせて23名が出席しました。

「獣魂祭」とは牛・豚・鶏など家畜の御霊を安らかに慰め、ご祈念するもので私達が尊い命を頂き生活している事を再認識し、供養するため毎年この時期に行っています。

管内では年間100頭以上の牛を出荷しており「金川牛」として、農産物直売所「来てみんねかながわ」で販売していますので、是非ご賞味下さい。



## 福岡県女性協70周年記念大会

J A福岡県女性協議会は2023年2月20日に創立70周年を迎えるにあたり、「育てよう 地域に根ざす 組織の輪」をテーマに、「J A福岡県女性協議会創立70周年記念大会」を9月15日にヒルトン福岡シーホークで開催しました。

県内の女性部員やJ A役員ら550名が参加し、創立からのあゆみを振り返り、県内J A女性部員の意思疎通を図りました。J Aたがわからは女性部、J A



役員を併せ27名が参加しました。

大会では、「人生のモチベーション」と題してデヴィ夫人による記念講演が行われました。講演を聞いて「デヴィ夫人のように毎日をいきいきと過ごしたい」「勇気づけられた」などたくさんの方が挙がりました。その後、県内J A女性部が半年かけて制作した記念動画「未来へのメッセージ」も上映されるなど盛りだくさんの大会となりました。



## 年金相談会開催

10月8日(土)、本所大会議室で年金相談会を開催しました。社会保険労務士の堀江玲子氏を招き、各支所管内から9名の年金受給者から相談を受けました。

現在受給している内容に疑問を感じていることや、初めて受給される方の請求手続きなど、相談料は無料で親身になって対応させていただきます。ご相談・お問い合わせは各支所へお尋ね下さい。



# 令和4年産大豆の収穫について

## 1 事前準備

圃場にカメムシ類が散見され、大豆が加害されることで青立ち株の発生が懸念されます。落葉後収穫前までに、青立ち株や雑草の抜き取りを行い、汚粒防止を心がけましょう。

特にヒロハフウリンハウズキやホソアオゲイトウ等は、必ず抜き取ってください。また、圃場内に雑草の種子を残さないために圃場の外に持ち出してください。



## 2 収穫

コンバインによる大豆の収穫適期は、完全に落葉し、莢を振ったら「カサカサ」と音がして、莢を折ると「ポキッ」と2本に折れる(完全に分離する)時期です。収穫は、晴れた日の午前10時～午後5時の間に行いましょう。雨が降った場合は、雨上がりから最低24時間は収穫作業を行わない。

台風14号による倒伏や雑草の発生が多い圃場ではコンバインでの収穫ロスや汚粒の発生が多くなると予想されるので収穫作業は最後まで慎重に管理を行いましょう。



収穫適期の目安

○今年から品種が、ちくし B5 号に替わっています  
早播き適性があるため、特に早播きした圃場は刈り遅れに注意しましょう!  
刈り遅れると収穫時に莢がはじけ、収穫ロスが多くなります。適期収穫に努めましょう!

○汚粒を発生させないためには

- ①青立ち株や雑草を抜き取りましょう(青みが残っている株や草はすべて)。
- ②コンバイン作業中、土をかませない(土をかんだら、すぐ止め取り除く)。

○倒伏した大豆を刈るときのリフターキット

- ①1条に3本取り付けます。
- ②取り付けの場合、畦の中心とその左右両側フィンガに取り付けます。



リフターキット

## 3 乾燥・調製

乾燥・調製はJAたがわ大豆共同乾燥調製施設で行います。

収穫後すぐに共乾施設に持ち込めない場合は、コンバイン網袋のまま倉庫等の風通しのよいところに積んでおきます。また、コンテナで保管する場合に排風機は乾燥している日に使用します(雨や湿気がある日は水分が高くなるおそれがあります)。

# あなたもチャレンジ! 家庭菜園



## ハウレンソウのトンネル栽培 冬の寒さでおいしさアップ

園芸研究家●成松次郎

ハウレンソウの生育適温は、15~20度で冷涼な気候を好みます。耐寒性は強いですが暑さには弱く、25度以上になると生育が衰えます。冬取りは栄養価が高く、甘味も増し最もおいしいです。中間地から暖地の作型となります。

**【品種】** 秋~冬まきでは、寒さに強く、低温でもよく伸びる品種「オシリス」(サカタのタネ)、「伸兵衛」(タキイ種苗)など、特徴のある品種では、葉に切り込みの多い「冬ごのみ」(タキイ種苗)、寒締め栽培向きには葉に縮みのある「雪美菜02」(雪印種苗)などがあります。

**【畑の準備】** ハウレンソウは酸性土を嫌うため、事前に1平方m当たり苦土石灰150gを畑全体に散布して、よく耕しておきます。次に、1平方m当たり化成肥料(NPK各成分10%)200gと堆肥2kgを土とよく混和しておきます(図1)。

**【畝立て】** 幅70~80cm、高さ5~10cmの栽培床を作り、平らにならします。畑が乾燥しているときは、灌水(かんすい)して土壤水分が適度な状態にしておきます。マルチ栽培では15cm間隔の黒色穴開きシートを使います。

**【種まき】** 栽培床は平らにならし、条間15cm、深さ2cm程度のまき溝を切り、1cm間隔に種まきします(図2)。1cmくらい覆土をし、たっぷり灌水します。

**【トンネルの被覆】** トンネル資材は有孔フィルムを使用すれば日中は高温にならず、生育の徒長を防げます(図3)。

**【間引きと追肥】** 1回目は発芽がそろったときに込み合っている所を抜き取り、その後、2、3回に分けて間引き、1本立ちにします。マルチなしの栽培では最終的に株間を5、6cmにします(図4)。また、草丈10~15cmの頃、1平方m当たり化成肥料30gを追肥し、株元に軽く土寄せします(図5)。

**【収穫】** 草丈25cmくらいを収穫の目安にしますが、30cm程度になってもハウレンソウ本来のおいしさは変わりません。株元の根を鎌やはさみで切り取り、枯れ葉を除いて200gくらいに束ねます。なお、寒締め栽培は収穫2、3週間前にトンネルを開放し、寒さにさらします。葉が厚くなり、放射状に広がったら収穫します。

図1 畑の準備

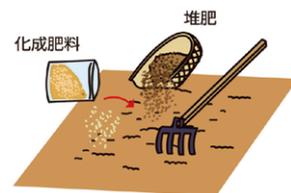


図2 種まき

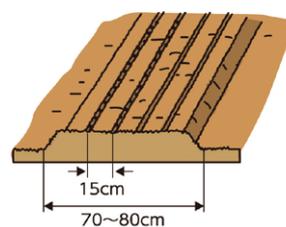


図3 トンネルの被覆

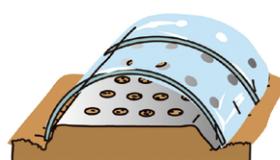


図4 間引き(最終)

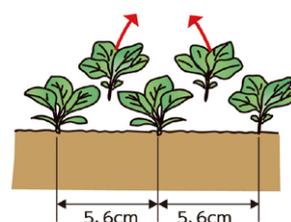


図5 追肥



栽培カレンダー

月	11	12	1	2	3	4
中間地	●	—	—	●	—	■
暖地	●	—	—	●	—	■

● 種まき ○ トンネル — 生育 ■ 収穫



# 生産者インタビュー

専業農業者

にのみや  
二宮 健史さん(43)

【添田支所管内】

「高校卒業後に佐賀県の会社に就職していました。会社の周辺では、私が学生まで育った緑豊かな自然環境にあり、畑で一生懸命汗を流す地元農家さんを見て、いつかは私自身が農業に携わりたいと思っていました。その後、私が33歳の時に家族から、添田町で新規就農者を募集している事を聞き、問い合わせたところ募集先への採用が決まり、今までの農業に対する思いが一気に込み上がり、平成25年に早期退職後、添田町就農実践塾で3年間、野菜の栽培研修を受けながら実践を積み重ね、現在は専業農家として専念しています。」と話す健史さんは、40aの畑で白菜、ブロッコリー、レタス、キャベツ、サニーレタスの栽培を行っています。

「アナグマやイノシシ等の獣害対策と、ひとり作業のため収穫期は大変です。」と苦労話もしてくれました。

今後について尋ねると

「添田町就農実践塾で学んだ栽培方法を今後も大事にし、同じ農業者との繋がりを今後も大切にしていきたい。」と話してくれました。

―最後にひとこと―

「栽培から収穫までの農作業がうまくいき、少しでも高値で販売できた時は本当に嬉しく思います。現在は、JAに共販、道の駅歓遊舎ひこさん、川崎町のD・e・愛や道の駅香春、スーパーに出荷し、自分が丹精込めて栽培した野菜を皆様から美味しいと言ってもらえた時が最高の瞬間です。」と笑顔で話してくれました。

健史さん、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。

# 令和4年度第2回使用済農業用 廃棄プラスチック・ ビニール等の回収のお知らせ

使用済みの農業用プラスチック、  
ビニール等は野焼きができません。  
処理にお困りの方は有料にて回収いたしますので  
下記会場までお持ち下さい。



**＼農家の皆さん、全量回収にご協力お願い致します。／**

## 回収月日及び場所

月 日	場 所	住 所	回収品目等	回収時間 各場所とも
11月9日(水)	金川堆肥センター	田川市大字糶862	育苗箱 あぜシート ビニール ポリ袋 肥料袋等	9:00 ～ 12:00
10日(木)	川崎集荷場	川崎町大字田原335		
11日(金)	添田集荷場	添田町大字中元寺865		
14日(月)	赤ライスセンター	赤村大字内田1133-1		
15日(火)	香春ライスセンター	香春町採銅所4318-1		
16日(水)	金川堆肥センター	田川市大字糶862		

\*お問合せは園芸畜産課まで 連絡先:0947-42-0592

## 処理料金

回収する農業用プラスチック、ビニール等	自己負担料金
<ul style="list-style-type: none"> <li>・育苗箱・ポリ・苗ポット・ブルーシート</li> <li>・ビニール・あぜシート・マルチ</li> <li>・灌水チューブ・寒冷紗・水道ホース</li> <li>・肥料袋等</li> </ul>	1kg当たり40円(税込) ※通常1kg当たり45円ですが、田川地域農業 用廃棄プラスチック等適正処理推進協議会 から5円の助成があります。

\*料金は、貯金口座より決済いたします

★注意事項

- ① マルチの芯・電気牧柵ガイシ・農薬容器・トタン畦シートは回収出来ません。
- ② 天気の良い日に乾燥状態で梱包する。
- ③ ビニール、ポリの中に針金、泥の固まり、木片等の混入がないように梱包する。
- ④ ビニールとポリに分けて梱包し、持ち込む。
- ⑤ 梱包は荷崩れしないように（乱れないように）結束する。
- ⑥ 1梱包の重量は20kgから30kgとする。
- ⑦ あぜ波シートは肥料袋等に入れ梱包する。
- ⑧ 肥料袋は1枚の袋に入れ梱包する。



**農家の皆さん、廃プラスチック類を適正処理して資源に!!!**

農業用使用済みプラスチック(廃農ビ・廃農ポリなど以下「農業用廃プラ」)は産業廃棄物に指定されており、農業者自らの責任で適切に処理することが義務付けられています。

**農業用廃プラを、燃やしたり、不法に投棄して処分すると、  
5年以下の懲役又は、  
1,000万円以下の罰金、又はその両方が科せられます!**

ハウス用被覆ビニール・防虫ネット、マイカー線・育苗ポット・ポットトレイ等の農業用廃プラの多くはリサイクルされています。農業用廃プラを適切に分別・運搬し、環境保全とリサイクルに取り組みましょう!

**分別例**

種 類	主な資材
① 塩化ビニルフィルム (農ビ) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">農ビ</span>	・ハウス用被覆ビニール ・トンネル用被覆ビニール
② ①以外の塩化ビニール商品	・塩ビ管、灌水チューブ
③ ポリオレフィン系フィルム <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ノーポリ</span> (農PO、農酢ビ、農ポリ) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">農PO</span>	・ハウス用被覆ビニール、マルチ ・防風・防虫ネット
④ ③以外のポリオレフィン系製品	・暖房機のダクト
⑤ その他	・マイカー線、肥料袋 ・育苗ポット、ポットトレイ

# JA田川 やすらぎ

お得な **割引特典** があります。

組合員の方  
年金友の会会員の方

やすらぎ会員の方  
「やすらぎの会」

全部合わせて **最高**

**10%割引 + 5%割引 = 15%割引**

※JAたがわ各支所で公的年金を受取りの方。

※やすらぎ定期貯金・定期積金を契約の方。



福智会館／事前相談や見学等 **電話予約** で受付しております。

伊加利会館／事前相談や見学等 **随時受付** しております。

## 事前相談でわかること

**イメージが  
具体的に**なる

資料等を  
ご覧いただきながら  
ご説明します。

**全体の  
費用が明確に**

葬儀全体の  
大まかな費用を  
見積りいたします。

**葬儀の  
不安が軽減**

葬儀の疑問・質問や  
経済的不安が  
解消されます。

**来館者には  
粗品を進呈  
致します。**

<p><b>JA田川 やすらぎ</b> フリーダイヤル ☎ 0120-494-956</p>	伊加利会館 42-9341	田川市大字伊加利 2191-7	大任支所 63-2001	糸田支所 26-0091
	福智会館 22-9090	田川郡福智町金田 1024-1	川崎支所 73-2033	添田支所 82-1131
			伊田支所 44-1810	香春支所 32-2011
			後藤寺支所 44-0414	赤支所 62-2500
			福智支所 22-0009	

思いやる 気持ちひとつで 明るい社会

## 農機燃料課よりお知らせ

農繁期対応は10月23日(日)で終了いたしました。

## ガソリンスタンドよりお知らせ

金川SS、添田SS、採銅所SSは、11月3日(祭日)文化の日と23日(祭日)勤労感謝の日は8:30~17:00まで営業いたします。**※尚、一般配送はいたしません**

**お問合せ先** 金川SS(0947)46-1275 / 添田SS(0947)82-0068 / 採銅所SS(0947)32-4684

## グリーンセンターよりお知らせ

**農繁期対応について** ●11月30日(水)まで土曜・日曜も農繁期対応いたします。  
●月曜日から土曜日/8時30分~17時まで営業 ●日曜日/8時30分~12時まで営業

尚、11月3日(祭日)文化の日、23日(祭日)勤労感謝の日は休業となります。  
12月1日(木)より通常営業となり土曜日は午前中まで営業、日曜・祭日はお休みします。

**各グリーンセンター連絡先** **※土曜日・日曜日の一般配送はいたしません**

グリーンあい(0947)22-2387 / グリーンゆう(0947)72-8290 / グリーンそえだ(0947)82-2815

## 「指名手配被疑者の検挙にご協力を!!」

全国の警察から指名手配されている者は、凶悪事件などで特に警察庁が指定している重要指名手配被疑者を始めとして、約530人に上がっています。これらの被疑者は、殺人・強盗等の凶悪事件のほか、暴行・傷害・窃盗・詐欺・横領の事件に関して指名手配されており、再び犯行を行う恐れがあります。

警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定したうえで11月中を「指名手配被疑者捜査強化月間」と定め全国警察の総力を挙げて追跡捜査を行い、犯罪を敢行し指名手配を受けながら依然逃走を続けている被疑者の早期検挙に取り組んでいるところです。

この指名手配被疑者の発見に向けた捜査活動には、国民皆様のご協力が是非とも必要です。指名手配被疑者によく似た人を見かけた!といった情報等、どんなわずかな事でも警察へ通報していただくようお願いします。

**連絡先：田川警察署 電話：42-0110**

## 理事会報告

令和四年九月二十七日(火)

### 【報告事項】

- (一) 令和4年8月末実績報告及び仮決算見込みについて
- (二) 事務ミス等発生状況の月例報告
- (三) 組合員加入脱退報告
- (四) 肥料価格高騰対策事業について
- (五) 令和4年産米 支所別検査へ各施設  
籾荷受実績報告

### 【付議事項】

- (一) 令和4年産米穀共同計算重要事項の  
設定について



風吹きて  
振り子になりたる  
柿の枝

太田 輝久

境内は  
银杏落葉の  
世界かな

原田 祥二郎

今月の一句

健康百科

お米をおいしく楽しむ  
電気炊飯器で簡単においしく炊飯できるコツ

五ツ星お米マイスター  
小池 理雄

今回は消費者が知りたいお米情報の中で圧倒的に関心が高い「簡単においしく炊飯できるコツ」についてです。

電気炊飯器はスイッチを押せば後は全自動ですので、炊飯のコツは人の手が加わる場面に限られます。

① 洗米……お米は優しく洗います。米粒の割れを防ぎますし、何よりもお米の味を損ないません。実は白米の部分とぬか層の間に「亜糊粉層（あこふんそう）」という層があり、うま味成分が多く含まれています。ここを残すのがポイントです。

② 浸漬……電気炊飯器の取り扱い説明書に「浸漬は不要です」と書かれていますが、浸漬自体が不要なのではなく、電気炊飯器では浸漬時間も含めて「炊飯」となっているということです。浸漬の目的は二つです。一つは熱を十分に米粒に伝えるため。水を介して中までしっかりと熱が伝わり、でんぷんがアルファ化（軟らかくなること）されるのです。もう一つはでんぷんを糖化させる酵素「アミラーゼ」を活性化させるためです。

③ ほぐし……冷気をご飯粒に当て表面をパリッとさせることが目的です。ほぐさないと食感が悪くなります。この工程ではご飯粒をつぶさないように注意が必要です。

④ 蒸らし……電気炊飯器の取り扱い説明書に「蒸らしは不要です」と書かれていますが、蒸らし自体が不要なのではなく、電気炊飯器では蒸らし時間も含めて「炊飯」となっているということです。蒸らしの目的は二つです。一つは熱を十分に米粒に伝えるため。水を介して中までしっかりと熱が伝わり、でんぷんがアルファ化（軟らかくなること）されるのです。もう一つはでんぷんを糖化させる酵素「アミラーゼ」を活性化させるためです。

⑤ 保温……炊飯が完了したら、炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

⑥ 炊飯……炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

お米を炊くには、洗米、浸漬、蒸らし、ほぐし……

五ツ星お米マイスター  
小池理雄（こいけりゆう）  
小池精米店二代目店主。1971年東京・原宿生まれ。大学卒業後、出版社、人事制度コンサルティングファームなどを経て、2006年に小池精米店を継ぐ。それまでの社会経験を生かし、新しいお米屋さんのあり方を常に模索している。

いかがでしょうか？ほんのちよつこの手間でお米はさらにおいしくなります。ぜひ試してみてください。

炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

炊飯器の保温機能を利用して、炊飯器の保温機能を利用して……

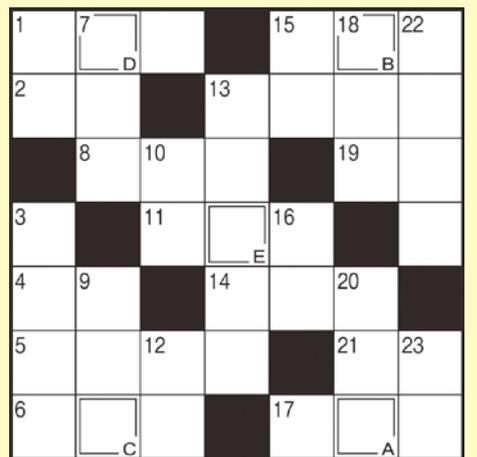
のんき家族



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

- 11月3日は文化の日。——天皇の誕生日でもあります
- 浅草寺の表参道入り口に立つ雷——
- カップルが組むことも
- 11月23日は——感謝の日。国民の祝日です
- 不審に思う気持ち。——の念を抱く
- 牛や馬に与える餌のこと
- 眼科で視力——を受けた
- マラソン選手に沿道から飛ぶことも
- クラブを持ってコースを回ります
- 兵庫県の——市は子午線のまちとして知られています
- イースター島にある巨大な石像
- 根拠のないうわさ話
- 木々が空中に伸ばすもの



10月号の答え ▼ ドングリ

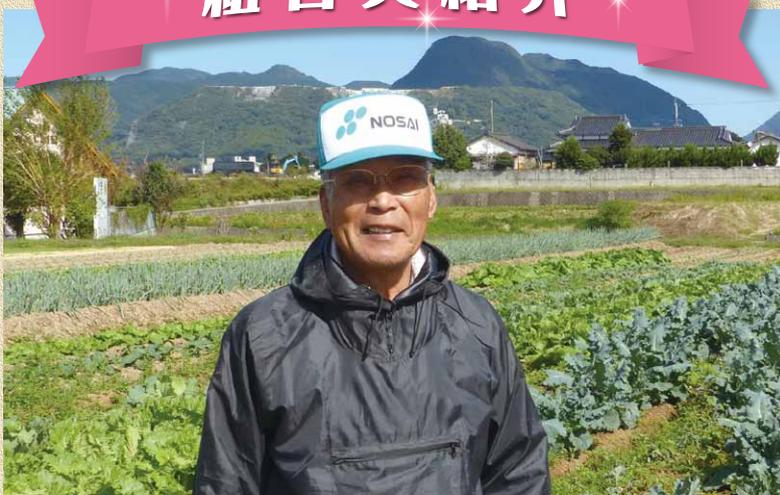
- 忘れないように取ります
- とんぶりはこの植物の実を加工したものです
- マチュピチュは——帝国の遺跡です
- 「もしもし」と出ます
- 枯れ山水の庭には作りません
- 寺が二式なら、陸は
- 王貞治選手は1、
- 長嶋茂雄選手は3でした
- 恋よりも深いものなのかも
- 桃太郎の家来の一員
- モミジとも呼ばれることもありません
- 今年収穫した米のこと
- トラクターを数えるときに使う言葉

クイズの答え  
②住所  
③お名前  
④年齢 ⑤ご職業  
⑥電話番号  
⑦本誌への要望・感想をお書き添えください。

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たがわ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  
11月15日(火)

## 組合員紹介



谷 利昭さん (79) 住所・香春町中津原

「高校卒業後、北九州市八幡製鉄所に勤務し、60歳で定年退職するまでは兼業農家として農業を行っていました。」と話す利昭さんは現在米22a、キャベツ、ブロッコリー、白菜、ネギ、タマネギ、カブ等の露地野菜を20a作付・栽培しています。

「定年後は作った野菜を道の駅香春や、来てみんなねかながわ直売所に出荷し売れることが楽しみです。」と終始笑顔で話してくれました。

とが楽しくなり、農協や田川普及指導センターに相談しながら本格的に農業に取り組んでいきます。自分が育てた野菜をより美味しく皆様に食べて頂けるよう栽培に専念していきま

## 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。

● かれこれ10年前、私は三重県朝日町に住んでいました。当時は無人ヘリコプターで農薬散布をしていましたが、近年ではドローン防除での希望者が多いことに驚き「時代の流れ」を感じました。

【福智町：S・T様】

● みんなの広場を楽しみにしています。

【田川市：N・F様】

● 色々な内容が本当に役立つています。

【福智町：O・S様】

● 組合員紹介や生産者インタビューなど楽しみにしています。今回、パズルで頭の体操に初めて挑戦しました。

【田川市：M・M様】

● パズルで頭の体操をして、ボケ防止に役立てています。

【福智町：O・S様】

● 今年、初めてドローン防除をしてみたいです。年を重ねるときつい作業ですので、とても助かりました。この先、ドローンによる農薬散布をお願いしようと思えます。

【糸田町：M・Z様】

● 田川の生産者さんの事を知ることができ、今後も応援していきたいです。

【田川市：T・A様】

● 健康百科や今月の一句を毎号楽しみにしています。農業の大変さを国がもっと理解してほしいです。

【大任町：S・S様】

● 家庭菜園を楽しんでいます。今年の春にJAのシロアリ防除で床下を見ていただき、今のところ安心していきます。グリーンハート掲載の「ホウ酸団子」を参考に作ったりしています。

【田川市：H・F様】

● 健康百科、のんき家族が大好きです。

【田川市：I・R様】

● 《お便り誠に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」をよろしくお便り致します。》

● 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

● よろしくお便り





# 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

## いろいろキノコの炊き込みご飯

材料(6人分)

- ・米 ..... 450g
- ・ハナビラタケ ..... 60g
- ・ヒラタケ ..... 120g
- ・マッシュルーム ..... 4個
- ・マイタケ ..... 80g

だし汁/かつおだし350ml、しょうゆ35ml、みりん35ml、料理酒35ml

### 【作り方】

- ①ヒラタケ、マイタケ、ハナビラタケはほぐし、マッシュルームはスライスしておく。だし汁の材料を鍋に入れ一煮立ちさせ冷ましておく。
- ②米をとき、ざるに20分あげておく。
- ③炊飯器にだし汁を入れ、②の米とキノコ類を入れ20分浸し炊き上げる。
- ④器に盛り付けて出来上がり。



レシピ2

## 秋の冷やし鉢

材料(10人分)

- ・サツマイモ ..... 240g
- ・ミニトマト ..... 10個
- ・サトイモ ..... 240g
- ・ユズ ..... 適宜
- ・カボチャ ..... 120g
- ・塩 ..... 適宜

A(だし汁ゼリー)/かつおだし640ml、薄口しょうゆ80ml、みりん80ml、粉ゼラチン8g

### 【作り方】

- ①サツマイモ、サトイモ、カボチャは皮をむき乱切りにして水洗いし、薄く塩を振り蒸し器で20分ほど蒸す。
- ②器に①の野菜、半分にカットしたミニトマトを彩りよく盛り込む。
- ③小鍋にAを入れ一煮立ちさせ、熱いうちに②の器に流し入れる。
- ④粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やし、Aが固まったら出来上がり。仕上げに振りユズをかけてどうぞ。

# 今月のあなたの運勢

2022年 11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><b>♈ 牡羊座</b> (3/21~4/19)</p> <p>【全体運】 上昇運です。少しずつ状況が整ってきますから、慌てず機を見ましょう。旅行やお休みの計画を立てると◎</p> <p>【健康運】 最近話題の健康法も試してみよう</p> <p>【幸運の食べ物】 ニンジン</p>	<p><b>♉ 牡牛座</b> (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 目まぐるしくいろいろなことが飛び込んできますが発展運。時間の許す限り頼まれ事は引き受けて。連絡は小まめに</p> <p>【健康運】 健康は食から。野菜たっぷりメニューが◎</p> <p>【幸運の食べ物】 柿</p>	<p><b>♊ 双子座</b> (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 中旬までは計画的に動けます。仕事や学習の時間を詰め込んで。下旬は自由な時間を楽しみましょう。外出も吉</p> <p>【健康運】 体力アップの好機。ハードなメニューもOK</p> <p>【幸運の食べ物】 ホタテ</p>	<p><b>♋ 蟹座</b> (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 好調運です。あなたの存在が難しい問題を解決に導き感謝されそう。笑顔と誠意が幸運の鍵。華やかな場にツキ</p> <p>【健康運】 心の健康が最優先。カラオケで気分転換を</p> <p>【幸運の食べ物】 ホウレンソウ</p>	<p><b>♌ 獅子座</b> (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 頑張るほど空回りしてしまうときはあるもの。肩の力を抜いてみて。視点を変えると意外な解決策に気付けるはず</p> <p>【健康運】 チームでできる運動がお勧め。競技参加も吉</p> <p>【幸運の食べ物】 ハクサイ</p>	<p><b>♍ 乙女座</b> (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 交友関係が広がります。ただ、トラブルを持ち込んでくる人も。時にはNOとはっきり言うことも大切</p> <p>【健康運】 規則正しい生活で健康をキープ。夜更かしは控えて</p> <p>【幸運の食べ物】 ネギ</p>
<p><b>♎ 天秤座</b> (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 のんびり過ごせます。趣味の時間を充実させ創作活動に力を入れるのも良さそう。おいしいものを食べて運氣アップ</p> <p>【健康運】 記録更新のチャンス!準備運動はしっかりと</p> <p>【幸運の食べ物】 カブ</p>	<p><b>♏ 蠍座</b> (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 大逆転を起こすチャンス到来!うまくいっていないことがあるならこ入れを。新発想が新しい道を開きます</p> <p>【健康運】 得意な運動を楽しんで。友人を誘うのも◎</p> <p>【幸運の食べ物】 リンゴ</p>	<p><b>♐ 射手座</b> (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 問題は多くても、やるべきことは見えてきます。全て丸くは取まらないので取捨選択を。大切なことを優先して◎</p> <p>【健康運】 疲れを感じたら足浴でリフレッシュ</p> <p>【幸運の食べ物】 ヤマトイモ</p>	<p><b>♑ 山羊座</b> (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 交友関係が活発化。新しい情報も入ってきて新展開が見えてきそう。話し合いながら進める姿勢が好環境をつくれます</p> <p>【健康運】 発酵食品で健康増進。ぬか漬けやかす汁にツキ</p> <p>【幸運の食べ物】 シュンギク</p>	<p><b>♒ 水瓶座</b> (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 頭の中では成功の絵が描けていても現実厳しいと実感する場面がありそう。丁寧なコミュニケーションを心がけて</p> <p>【健康運】 体調管理は計画的に。検診の予定も立てて</p> <p>【幸運の食べ物】 サツマイモ</p>	<p><b>♓ 魚座</b> (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 ちょっと驚く出来事に遭遇しそう。誤解もあるようなので、できるだけ事実のみを簡潔に述べるようにしましょう</p> <p>【健康運】 疲れを感じたら早めに就寝。睡眠が味方</p> <p>【幸運の食べ物】 ユリ根</p>