

たがわ

「発らぶTAGAWA」
2020年
5月

グリーンハート



地域に必要な
とされるJAに。

全力!

自己改革

JAグループ福岡

生産者の皆様へ

平成30年産米の販売及び共同計算について

平成30年産米の販売が終了し、各品種ごとに最終精算金額が決定いたしました。
令和2年産米につきましても、是非JAたがわへ全量出荷をお願い致します。

○夢つくし1等(JA米)の場合 (1俵当り:税込)

※(販売単価)15,995円 - (販売経費)1,272円 = (生産者手取額)14,723円

販売経費の内訳

流通・保管等に係る経費	497円
手数料	610円
生産・集荷・販売等に係る経費	150円
需給調整経費	—
県産米推進協議会等経費	15円
[販売経費合計]	1,272円



○生産者手取金額

単価: JA米、1俵当り(税込)

品種名	種別	ふるい目	水分	等級	①概算金額	②最終精算金額	③手取金額 ①+②
夢つくし	普通期	1.85mm	14.0%~15.0%	1	13,800	923	14,723
				2	13,200	923	14,123
				3	12,180	923	13,103
元気つくし	普通期	1.85mm	14.0%~15.0%	1	13,320	701	14,021
				2	12,720	701	13,421
				3	11,700	701	12,401
ヒノヒカリ	普通期	1.85mm	14.0%~15.0%	1	13,020	1,168	14,188
				2	12,420	1,168	13,588
				3	11,400	1,168	12,568
コシヒカリ	普通期	1.85mm	14.0%~15.0%	1	13,200	1,178	14,378
				2	12,600	1,178	13,778
				3	11,580	1,178	12,758

※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。

● JAに出荷された生産者へ最終精算金を振込みましたのでお知らせします。 ●

1. 振込日 / 令和2年3月31日(火) 2. 振込口座 / 各出荷者の指定口座

新型コロナウイルス感染症対策基本方針

新型コロナウイルス感染症について、JAたがわにおいては「新型コロナウイルス感染症対策本部」を設置し、情報収集、分析を行い対応策について検討を行ってきました。政府より全国に緊急事態宣言が出され、福岡県もその対象となり県知事からも緊急事態措置により感染拡大防止への更なる取り組み要請がありました。これにより、当JAにおいての感染防止等についての対応を示した「JAたがわ新型コロナウイルス感染症事業継続計画」を作成し、以下の項目を基本方針として定めました。

JAたがわは、以下の基本方針に基づき、新型コロナウイルス感染症発生時の対応を行います。

- (1) 役職員、家族及び関係者の人命尊重の観点から、感染予防・感染拡大防止策を最優先とした対応を図りつつ、業務を重要度に応じて分類し、その重要度に合わせて経営資源を配分することにより、組合経営を維持し、社会的責任を果たす。
- (2) 新型コロナウイルス感染症に関する基本情報や感染予防対策、本行動計画等、必要な情報を役職員及び家族に提供する。
- (3) 国や地方自治体等から業務自粛の要請がある場合は、それに従い対応する。

一人ひとりにできる感染症対策

- ① 人ごみを避ける
- ② 手洗い、アルコールによる手指の消毒

てあら て やび しょうどく
手洗い・アルコールによる手指の消毒
- どうやって? -

① 水で手をぬらす せっけんをつける  水とせっけんがないときに アルコール消毒をする	② 手のひらを こする 	③ 手の甲を こする 	④ 指先・つめを こする 
⑤ 指のあいだを あらう 	⑥ おや指を あらう 	⑦ 手くびを あらう 	⑧ 水でながして 手をかわかす 

すくなくとも20秒以上かけて手をあらってください



- ③ できるだけ目・鼻・口に触れない
- ④ 頻りに触るものを定期的に消毒する
- ⑤ こまめに換気する

感染の疑いがあるときは?

もしかして新型コロナウイルス?
- 受診のめやす -

37.5度以上の発熱・風邪の症状がある
● まずは家で安静にする ● 毎日体温を測り記録する

強いだるさ
息苦しさがある

高齢者・妊婦の方
基礎疾患のある方
(糖尿病・心不全など)

すぐに相談

2日つづく

4日つづく

各都道府県の
帰国者・接触者相談センターへ
(厚生労働省) 帰国者・接触者相談センターページ



- 田川保健所 (帰国者・接触者相談センター) 連絡先 ●
TEL.0947-42-9379 (平日8時30分~17時)
TEL.092-471-0264 (夜間・休日)

新型コロナウイルス感染症にかかる業務継続対応について

緊急事態宣言時等 における 業務継続対応の考え方

感染拡大防止のため、緊急事態措置の要請などがなされています。このため、業務継続対応については、感染拡大防止に努めることとし、万一、役職員感染者発生時は、店舗閉鎖 (ATMを含む) し近隣の店舗への誘導等により取組めますので、ご理解とご協力をお願いします。

● 支所・事業所単位で業務体制を構築

感染者発生支所

→ 近隣店舗へ誘導 ※感染者発生時点で閉鎖

→ 濃厚接触者は自宅待機

保健所から業務実施可の確認がとれた場合

→ 本所や近隣店舗職員等で業務再開を目指す

支所窓口の営業時間変更について

平素より、JAたがわをご利用頂き誠にありがとうございます。令和2年4月20日（月）より支所窓口の営業時間を左記の通りに変更いたしますので、ご理解とご協力を

お願い申し上げます。今後とも全職員一丸となり、より一層のサービスに努めてまいりますので、益々のご利用を心よりお願い申し上げます。

現 行

曜日／月曜から金曜まで	
開始時間	終業時間
8時30分	15時30分



変更後

曜日／月曜から金曜まで	
開始時間	終業時間
9時00分	15時00分



女性部総会赤支部

3月25日（水）、赤支所にてJAたがわ赤女性部総会（宮崎牧子支部長）が開催され、第1号議案から第3号議案まで協議し、すべての議案が承認されました。

赤支部は年間の活動計画に沿って様々な活動を実施し、部員同士で、絆や交流を深めるとともに、若い世代が参入しやすい環境作りを積極的に行っていきます。

三島組合長 緑綬表彰受賞

三島組合長が、全国農業協同組合功労者表彰（緑綬）を受賞しました。

平成15年6月に非常勤理事として就任され、平成27年6月にJAたがわの代表理事組合長に就任以来「人々が連携し、助け合うことを意味する総合扶助の精神の基に、農家組合員の農業経営と生活を守り、より良い地域社会を築くこと」を信念とされ、農を

基軸とした地域復興及び地域社会の発展に取り組んだ功績が認められ、受賞しました。

この表彰を機に「更なる地域農業の発展と、地域に根ざした組合になるよう指導者として揺るぎない信念を持ち、自ら実践するトップリーダーになる」と三島組合長は話していました。



長い間お疲れ様でした

3月31日（火）をもって
定年退職を迎えた職員を
ご紹介します。



中村 洋文（赤池支所長）

この度、定年を無事に迎えることが出来たのは、地域の方々や周りの職員の支えもあり、定年という節目を迎えることができました。退職後は大任支所で勤務することとなりましたので、これからもよろしくお願ひします。

宮原 和彦（糸田支所主任）

組合員の皆様や、周りの職員の協力のおかげで、定年を迎えることができました。今後は一人の組合員として、農協に協力したいと思います。

令和元年度 JA共済恒常推進担当者表彰

川崎

複合LA表彰優秀賞
自動車共済挙績件数の部

表彰者／堀尾 幸希(ほりおこうき)



大変嬉しく思っています。本年度は、自動車共済だけでなく、他の部門表彰も狙っています。全国表彰を目標に取り組み、前年度以上に頑張ります。

支所長／野元支所長



3年連続で表彰が出来るように頑張ってもらいたい。支所職員も協力をおし、まず、他の部門でも表彰されるように頑張っています。



方城

複合LA表彰新人賞
JA推薦優績者賞

表彰者／瀬戸 竜希(せとたつき)



1年間、方城支所涉外担当者として業務しましたが、この賞は白石支所長はじめ、職員の協力もあって受賞出来た賞だと思っています。

支所長／白石支所長



日頃の努力の成果が良い結果へと結びついたと思います。引き続き、組合員や利用者へ寄り添ったサービスの提供に努めていたきたいと思います。今後とも上位入賞を目指して頑張ります。





生産者インタビュー

イチゴ農家

植木 うえき

秀徳さん(51) ひでのり

【糸田支所管内】

子供の頃から親の手伝いをしている秀徳さんは、農業大学卒業後に専業農家として就農し、30年もの間農業に携わっています。

「我が家は、家族で農業をしている。今は、息子に技術や知識を教え込みながら一緒に作業をしている」と話す秀徳さんは、イチゴ20a、米2ha、麦3.3haの作付を行っています。

「農業していくなかで苦勞より心配事が尽きない。イチゴ農家は手作業が多いから、収穫時期は特に大変だよ。天候に限らず病害虫対策や、獣害対策には特に気を付けている」と話していました。

「農業をやっていてよかったです」といふことは、自分の時間を自由に使えること。時間を上手く使える様になると良い作物ができる。それと、もう一つ正直に言うとうと頑張つて儲かるために農業をやっているんだよ」と笑顔で話してくれま

した。

「息子が一日も早く自立出来るように技術や知識を習得して欲しい。しかし何かと厳しいこのご時世だけど、通年通して喜怒哀楽を共にし家族で大好きな農業ができる今が大事な時間だ。」と笑顔で話してくれました。

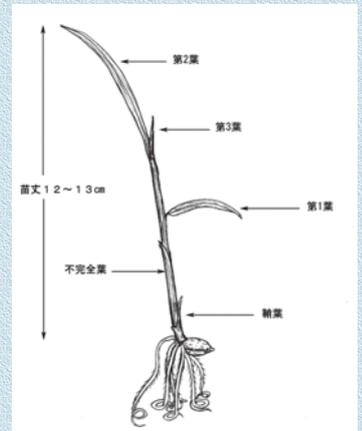


秀徳さん、農業者として
今後の農業や地域の発展のため
益々のご活躍をお祈りいたします。
インタビューのご協力
ありがとうございました。

5月号は、「田植と除草剤について」です。

田植作業時の注意点

- ①箱施薬剤と除草剤の1キロ粒剤を取り違えないように注意しましょう。
(間違えて除草剤を散布すると、田植後に必ず枯れます!)
- ②植付深度は2cm程度を目安とし、極端な深植えや、根が露出するような浅植えは行わないようにしましょう。(除草剤の薬害が出る)
- ③田植時の葉令は2~2.5葉とします。
- ④置苗はいもち病の発生源となりますので、植えつき終了後、速やかに廃棄しましょう。

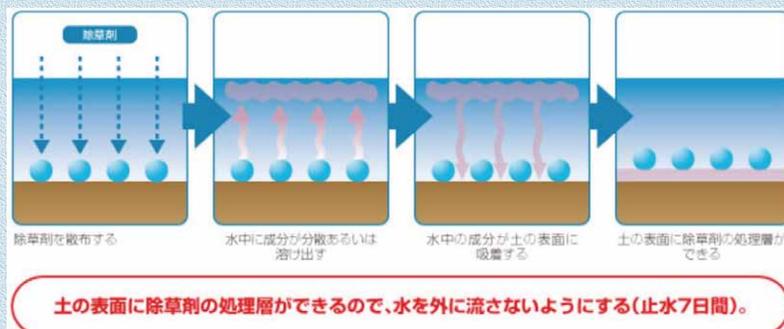


初期除草剤の効き方・散布時の注意点について

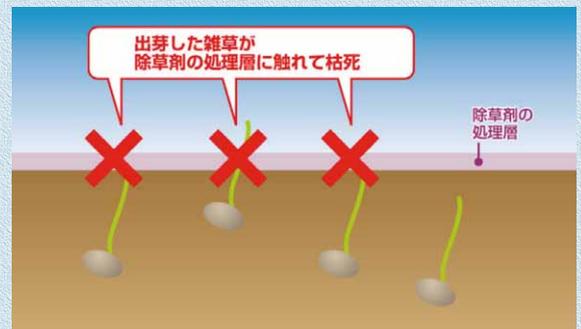
よく、初期除草剤が効かないという声を耳にしますが、理論的に効くように使用すればきちんと効果はあります。今回は、その効き方のメカニズムと効かせ方の注意点です。

初期除草剤は必ず湛水状態で散布します。散布した除草剤はいったん水に溶け、徐々に土壌表面に吸着し薄い除草剤処理層を形成します【図1】。(田面に陸が露出する所は、除草剤処理層を形成出来ない為、全く除草効果はありません。)その除草剤処理層に雑草の芽が触れて枯死する仕組みです【図2】。

【図1】

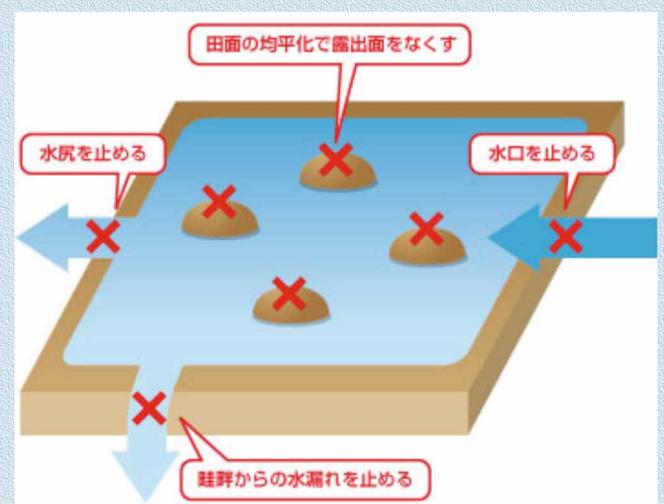


【図2】



この土壌処理層の形成に要する期間に水が外へ流れ出てしまうと、水に溶けた除草成分も一緒に外に流れます。また、水深を維持するために水を入れることも水流によって除草成分や処理層が流れてしまいます。ザル田では初期除草剤をまいた後は、たとえ水が無くても1週間程度は水を新たに入れなくても除草効果が高める秘訣です。また、除草剤散布後の雨による畦越し流水も効果が落ちますので、畦が低い田は薬剤散布時は、浅水にしておくのも一つの対策です(ただし陸が出てはダメ)【図3】このように田植後の1週間の水管理がその後の雑草が多いか少ないかに係わってきますので、水管理の徹底を心がけましょう。

【図3】



次号は、「田植後の病害虫防除について」です。

ドライフラワーの手作り方法

これからの季節、母の日等でお花をもらう機会が増えてくると思います。せっかく頂いた花を長く楽しむことができるドライフラワーの作り方をご紹介します。



★ナチュラル乾燥

ドライフラワーにしたい花や植物をさかさまに吊るす方法です。

- 葉っぱを少なくし、花びらがなるべく重ならないようにします
- 直射日光が当たらない場所を探してください
- 1本ずつさかさまにして吊るします
- 1~2週間程度でしっかりと乾燥していたら完成です

簡単な方法ですが、ナチュラル乾燥は時間が一番かかる方法でもあります。

ドライフラワーは、植物の水分をきちんと抜くことが大切ですので、じっくりと時間をかけて下さい。

乾きやすいようにと日光に当ててはいけません。直射日光は色褪せの原因になります。

風通しの良い日陰等に吊るしておくことをおすすめします。



★ドライヤー乾燥

ドライフラワーを作るときに大切なのは乾燥ですが、ナチュラル乾燥では、かなり時間がかかります。時間短縮したい人はドライヤーでの乾燥方法がおすすめです。

- 紙袋とドライヤーを準備します
- 葉っぱを少なくした花を紙袋にさかさまに入れて
- ドライヤーで紙袋の中に温風を送ります(温風が直接お花に当たらないように注意)
- 5分ほどたったら花を取り出し、さかさまにして風通しの良いところに吊るします
- 1日ほど様子を見て乾燥していれば完成です

こちらは1時間程度で完成するので急いでいる時などに試してみたいかたがでしょうか。

また、ドライヤーをあてた後の紙袋の中は高温になっているので、火傷には気を付けてください。

直接花に温風をあててしまうと花を傷めてしまいますので、あたらないように注意してください。



バラ

★花瓶で作るグリセリン溶液

薬局などで手に入るグリセリンを使った作り方です。花や植物を花瓶に挿したまま作ることができます。

- グリセリンと熱湯、花瓶や瓶を用意します
- グリセリンと熱湯を1:3の割合で混ぜます
- 混ぜた液が冷めたら用意した花瓶や瓶に溶液をいれます
- 花を花瓶に挿します(溶液を吸いやすいように茎に切り込みを入れてください)
- 冷暗場所で保存してください
- 10日ほどで完成です

グリセリンを使った方法は、葉が落ちにくく、花の色もあまり色褪せることなく保存ができることがメリットです。

花瓶に挿したままドライフラワーを作ることが出来ますので、インテリアとしても良いかもしれません。

しっかりと溶液を吸い込むように、茎に切り込みを入れるのがポイントです。

✧ **ドライフラワーにおすすめの花** ✧ 花弁や葉が薄い花がドライフラワーにしやすいです。

バラ・ビオラ・あじさい・ミナヅキ・スターチス・エリンジウム・ミモザ・アーティチョーク・アキレア・オレガノ・ローズマリー・ニゲラ・ヘリクリサム・ケイトウ・バンクシャ・リュウカデンドロン・プロテア・ユーカリ・ラベンダー・セントーレア・カスミソウ・マリーゴールド等々

家庭菜園の季節になりました



いろいろな野菜を作ってみませんか

春は家庭菜園のスタートに絶好の季節です。

屋外での作業が楽しくなるこの季節こそ野菜作りに
挑戦してみましょう。

望岳台センターでは、良質な苗の育苗に職員一同頑張っております。

追加注文等も随時受け付けておりますので
ご注文をお願いします。



栽培ポイント

キュウリ

[定植]

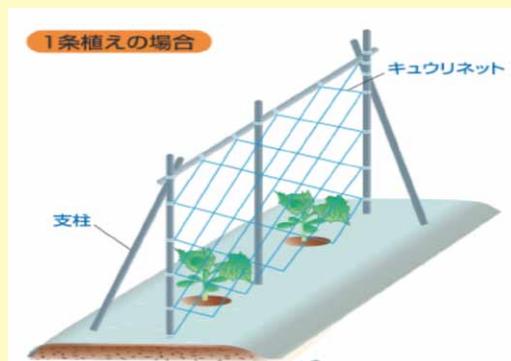
定植1ヶ月前に1a(30坪)あたり、ど根性200kg・苦土石灰(粒)10kg、1週間前に園芸化成48号5kgを施用し、十分土壤に混和しておきます。畝幅140cm・株間80cmの1条植えで、植え付け前後に灌水します。畝は25cm以上の高畝として排水対策を図ります。害虫対策として、粒剤の株元散布をします。

[定植後の管理]

追肥を本葉8~9枚時から施用し、草勢・収穫量を見ながら早めに少量多回数で施用します。
2回目以降の追肥は、1週間に1回を目安に施用します。

[収穫]

1~2番果までは、株を疲れさせないためにも若採りをします。
それ以降は次々に収穫しましょう。



[施肥例] 1a(30坪)当たり

肥料名	基肥	追肥
ど根性(牛ふん堆肥)	200kg	
苦土石灰(粒)	10kg	
園芸化成48号	5kg	
硝酸加安S646		2kg

[登録農薬] (令和元年12月調べ)

病虫害名	農薬名	希釈倍率	使用時期	使用回数
灰色かび病	ジーファイン水和剤	1000倍	収穫前日まで	-
アブラムシ類	オルトラン粒剤	1~2g/株	定植時	1回

- 対象者：JAたがわ管内の組合員
- 対象出荷品目：青果物(加工品は除く)
- 提出書類：会員登録申込書
- 営業時間：午前9時~午後6時
- 入会金：1,000円(年会費)

※お問い合わせ等ございましたら、JAたがわ農産物直売所まで
ご連絡をお願いします。 **TEL 0947-46-1273**



トマト、ミニトマト

【定植】

定植1ヶ月前に1a(30坪)あたり、ど根性200kg・苦土石灰(粒)10kg、1週間前に園芸化成48号5kgを施用し、十分土壤に混和しておきます。畝幅100~120cm・株間40~50cm・1条植えで、または畝幅200cm・株間40cm・2条植えで、マルチを被覆して地温の確保を図ります。植え付け前後に灌水します。

【定植後の管理】

1回目の追肥は第3花房の開花期頃に化成肥料(S646)を1aあたり2kg施用しますが、着果状態や心葉の大きさや茎の太さを考慮して加減します。2回目の追肥は、1回目の肥料と同量を与えます。極端な多量灌水にならないように、午前中に灌水を行います。わき芽は随時、管理作業の中で除去します。

【収穫】

赤色に完熟したら収穫時期です。採り遅れには注意しましょう。



【施肥例】 1a(30坪)当たり

肥料名	基肥	追肥
ど根性(牛ふん堆肥)	200kg	
苦土石灰(粒)	10kg	
園芸化成48号	5kg	
硝酸加安S646		2kg

【登録農薬】 (令和元年12月調べ)

病害虫名	農薬名	希釈倍率	使用時期	使用回数
疫病・すすかび病	ジーファイン水和剤	800倍	収穫前日まで	—
アブラムシ類 オンシツコナジラミ	アディオン乳剤	2000~3000倍 (ミニトマト3000倍)	収穫前日まで	3回以内 (ミニトマトは1回)

ナス

【定植】

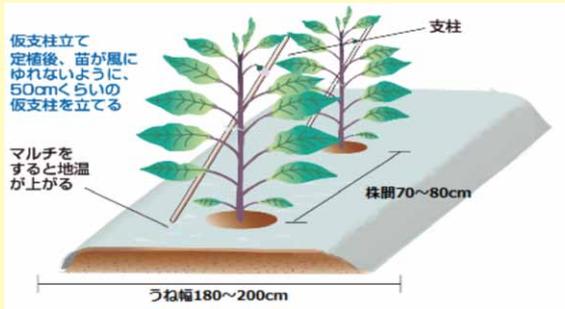
定植1ヶ月前に1a(30坪)あたり、ど根性200kg・苦土石灰(粒)10kg、1週間前に園芸化成48号5kgを施用し、十分土壤に混和しておきます。畝幅180~200cm・株間70~80cm・1条植えで植え付け前後に灌水し、定植後ただちに仮支柱を立てて、風害などを防ぎます。

【定植後の管理】

整枝は、主枝4本V字仕立てとし、主枝及び第1番花直下の側枝と、主枝第2番花直下の側枝、側枝の1番花直下の側枝を利用します。分枝から下の側枝は、成長する前に除去します。誘引支柱(2~3m)は枝ごとに1本ずつ設置し、誘引支柱同士の下部と上部を結束し倒伏を防止します。草丈が180cmに達した時に主枝の摘芯を行います。追肥については、収穫始めのころから3週間ごとを目安に行います。

【収穫】

収穫初期は、草勢が低下しないように果実長を短く収穫し根張りを促します。



【施肥例】 1a(30坪)当たり

肥料名	基肥	追肥
ど根性(牛ふん堆肥)	200kg	
苦土石灰(粒)	10kg	
園芸化成48号	5kg	
硝酸加安S646		2kg

【登録農薬】 (令和元年12月調べ)

病害虫名	農薬名	希釈倍率	使用時期	使用回数
うどんこ病	ジーファイン水和剤	1000~2000倍	収穫前日まで	—
カメムシ類	アディオン乳剤	2000倍	収穫前日まで	3回以内

※野菜苗に関する問い合わせは望岳台育苗センターへお願いします。

問い合わせ

望岳台育苗センター TEL 0947-46-9200

作った野菜を直売所へ
出荷してみませんか？

農産物直売所「来てみんな かながわ」では、売り場の充実を図るため青果物の出荷者を募集しています。募集内容については右記のとおりです。

令和2年度、定期人事異動を実施致しました。前年度以上に皆様へ信頼とサービスの充実が図れるよう役職員一同努めて参りますので、本年度もよろしくお願い致します。

人事異動

令和2年4月1日付

氏名	新部署	旧部署
朝部 浩義	経済部長兼資材課長	経済部長
山家 慎司	資材課係長(グリーンそえだ)	資材課主任(グリーンそえだ)
初井 俊保	資材課主任(グリーンあい)	資材課(グリーンあい)
仲江 竜也	管理課主任	川崎支所主任
進 健太郎	資材課(新規採用)	
小畑 浩二	大任支所長	添田支所長
太田 祐子	川崎支所	管理課
高倉 彩乃	川崎支所	添田支所
丸山千登勢	伊田支所長	大任支所長
川井 雅士	伊田支所次長	伊田支所主任
伊藤 大介	伊田支所	管理課
嶋田恵美香	後藤寺支所	管理課
星野 理恵	猪位金支所次長	伊田支所次長
奈木野光砂	方城支所	金田支所
永末 幸子	金田支所主任	高野支所主任
桑野 祐太	金田支所	赤池支所
渡邊 祥二	赤池支所長	赤池支所次長
日高 昌武	赤池支所次長	猪位金支所主任
藏本 友輔	糸田支所	赤支所
浦田 峰仙	金川支所次長	金川支所主任
上原 大生	金川支所次長	金川支所主任
花野 純一	金川支所主任	金川支所
西田 耕平	添田支所長	伊田支所長
相川 昌彦	添田支所次長	米穀課係長
二場きらり	添田支所(新規採用)	
長野 竜二	採銅所支所主任	共済課主任
冨塚 心	採銅所支所	高野支所
阿納 崇	高野支所次長	高野支所主任
福田 翼	高野支所主任	採銅所支所主任
川井 知世	高野支所	管理課
皆川 英和	赤支所次長	米穀課係長
森本 和剛	赤支所次長	赤支所主任
中村 洋文	大任支所(嘱託員)	

JA たがわ ガソリンスタンド 令和2年度 ゴールデンウィーク 営業日程

営業所	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)
	平日	昭和の日	平日	平日	平日	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日
燃料課配送C	8:30~17:00	休日	8:30~17:00	8:30~17:00	8:30~17:00	休日	休日	休日	休日
添田SS	7:00~19:00		7:00~19:00	7:00~19:00	7:00~19:00			8:30~17:00	
採銅所SS	7:00~19:00		7:00~19:00	7:00~19:00	7:00~19:00			8:30~17:00	
金川SS	7:00~19:00		7:00~19:00	7:00~19:00	7:00~19:00			8:30~17:00	

● ゴールデンウィークの「JAキャッシュサービスコーナー」休止のご案内 ●

JAたがわ各支所における「JAキャッシュサービスコーナー」は、下記のとおり休止させていただきますので、ご了承のほどよろしくお願いいたします。

5月3日～5月6日・・・ご利用できません ※全国ネット・コンビニATM・ゆうちょでのお取り扱いが可能です。
※道の駅おとう桜街道のATMはご利用可能です。(9:00～18:30)

農機課からのお知らせ

農繁期対応期間中は、土・日・祭日を
問わず対応致します!

【農繁期対応期間】

- 期間 / 5月3日(日)～6月21日(日)
- 時間 / 午前8時30分～午後5時まで



詳しいお問合せは 農機課 0947-44-3035

珍野菜

おもしろい
夕ヶノコが
出来ました!



生産者 神吉 一徳様
住所・・・田川郡赤村大字赤

理事会報告

令和二年三月二十日(月)

【報告事項】

- (一) 令和2年2月末実績報告
- (二) 不祥事発生状況等の月例報告
- (三) 事務ミス等発生状況の月例報告
- (四) 平成31年度決算における減損処理並びに目的積立金取崩について
- (五) 組合員加入脱退報告
- (六) 令和2年度コンプライアンスプログラム計画(報告)
- (七) 令和2年度内部監査計画について
- (八) 令和2年度余裕金運用方針について
- (九) 令和2年度住宅関連ローン推進取組について
- (十) 令和2年度マイカーローン推進取組について
- (十一) 令和2年度教育ローン推進取組について
- (十二) 債権流動化委員会報告
- (十三) 令和2年産麦作付面積実績報告
- (十四) 令和2年春季集落座談会報告
- (十五) 報酬委員会報告

【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) 平成30年産うるち米最終精算について
- (三) 身元保証規程の一部改正について
- (四) 旅費規程の一部改正について
- (五) リスク評価書の改正について
- (六) ヘルプライン運営要領の制定及びコンプライアンス関連規程の一部改正について
- (七) 自己資本比率算出要領の一部改正について
- (八) 貸出要綱の制定・廃止について
- (九) 貸出審査体制の見直し並びに職制規程等の改正について
- (十) JAたがわ中期方針について
- (十一) 令和2年度経営方針(案)について

山村の
暮らしの香り
若葉かな

太田 輝久

新緑に
幸せ貰う
山路かな

原田 祥二郎

今月の一句

健康百科

* けんこうひゃっか *

家族の健康 睡眠不足とアルツハイマー型認知症

健康科学アドバイザー 福田 千晶

厚生労働省の「健康づくりのための睡眠指針」（2014年）では、睡眠時間の目安は25歳までは7時間、45歳では6.5時

間、65歳では6時間。加齢と共に睡眠時間は減少し、さらに朝早く目覚めますが、睡眠時間はきちんと確保したいものです。

高齢者に見られる「物忘れ」は、食事で食べた物を忘れることがあります。脳の神経細胞が本来の老化よりも早く減り、40〜50代くらいから進行するアルツハイマー型認知症では食事したこと自体を忘れます。「行ったこと」「約束したこと」などと行動そのものを忘れ、生活に支障を来します。やがて時間や場所、人も分からなくなり、夜間に騒いだり、家の中で迷いトイレにも行けなくなりま

す。脳の活動によって生じる老廃物の「アミロイドβ」は、蓄積すると脳細胞を圧迫や死滅させます。脳の神経が正常に機能せずアルツハイマー型認知症になります。

脳は昼間に得た情報を睡眠によって整理します。また、脳が活動して発生した老廃物のアミロイドβは、睡眠中に脳内から盛んに排出されます。睡眠の時間も質も十分ないとアミロイドβの蓄積は早く進み、認知症にもなりやすくなります。



アルツハイマー型認知症の予防には、摂取カロリーが多過ぎないバランスの良い食生活、適度に体を動かすことが大切です。運動や農作業で体を動かすことが多ければ、夜間には眠りが深くなり脳内でのアミロイドβの蓄積を進ませないことにもなります。認知症と睡眠は深い関係があるのです。

アルツハイマー型認知症の発症には遺伝も関係しますが、糖尿病や高血圧など生活習慣病の人、頭部外傷の既往歴のある人は、発症する危険が高いといわれています。脳の血管が傷むと、アミロイドβを排出する機能が低下して、脳内に蓄積しやすいのです。

アルツハイマー型認知症の発症には遺伝も関係しますが、糖尿病や高血圧など生活習慣病の人、頭部外傷の既往歴のある人は、発症する危険が高いといわれています。脳の血管が傷むと、アミロイドβを排出する機能が低下して、脳内に蓄積しやすいのです。

アルツハイマー型認知症の発症には遺伝も関係しますが、糖尿病や高血圧など生活習慣病の人、頭部外傷の既往歴のある人は、発症する危険が高いといわれています。脳の血管が傷むと、アミロイドβを排出する機能が低下して、脳内に蓄積しやすいのです。

のんき家族

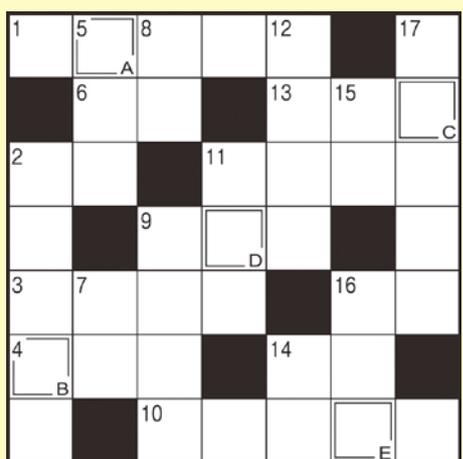


パズルで頭の体操

☆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
- 端午の節句に食べる和菓子
 - 損の反対語
 - あの人、いい人なんだけど、——多いんだよなあ
 - 邦画ではありません
 - シオマネキやガザミはこの仲間
 - 馬具の一つ。足を掛けます
 - 春の大型——をゴールデンウィークといいますが
 - クラブ——、救援——、——写真
 - 与党と対立することが多い
 - たくと良い香りがします
 - アスパラガスは主にこの部分を食べます

- タテのカギ
- 知事選の期日前——に行ってきた
 - 耳は聴覚、鼻は嗅覚、目はソウヤライオンを数えるときに使う言葉
 - 大きな口を持つ爬虫(はちゅう)類
 - 往年のヒット曲「——」のハイウェイ
 - 武者人形はかぶっていることが多い
 - 茶畑で行う収穫作業
 - 数え年70歳のお祝いです
 - アシナガやオトソセイより大きな海獣
 - 飛行機で物を運ぶこと
 - 田畑を耕す農耕機械



4月号の答え ▼ ホタルイカ

63 〒825-8588
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
5月15日(金)

組合員紹介

川崎町役場に勤めていた北代さんは退職後、川崎町議会議員として、現在13年目を迎えます。また、旧福岡県立田川農林学校鎮西同窓会会長でもあります。グラウンドゴルフが趣味で、安宅の老友会グラウンドゴルフチームのキャプテンもしており、毎週水曜と土曜日に練習しています。



北代 俊雄さん (81) 住所/田川郡川崎町大字安真木

「孫の結婚式、ひ孫の誕生日が一番の楽しみ。新型コロナウイルスに負けない様、グラウンドゴルフで体力作りをして、食事と睡眠をしっかり取って体調管理に気をつけている。また、町議会議員として福祉の充実、人に優しい町づくりに力を入れていきたい」と終始笑顔で話してくれました。

新登場!

害虫・病害・雑草
稲の異変!?
写真を撮るだけ

スマートフォンアプリ
レイミーのAI病害虫雑草診断

レイミーのAI病害虫雑草診断は、農作物に被害を及ぼす病害虫や雑草を写真からAIが診断し、有効な薬剤情報を提供する、スマートフォン用の防除支援ツールです。

水稲用
園芸作物へも
拡大準備中!

レイミーがAI診断するよ

病害虫・雑草を撮影

診断結果有効薬剤がわかる!

スマホでいつでも、写真からAI診断、有効薬剤をご紹介します

いもち病発生予測機能付き!

簡単! 写真を撮って送るだけ!
農作物の病害虫や雑草を診断し
有効薬剤をご紹介します。

無料 ダウンロードはこちら

利用時の通信料はお客様のご負担となります。

または日本農業ホームページから

日本農業 検索

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

■本アプリケーションで使用されているAI診断学習モデルは(株)NTTデータCCSと日本農業(株)の共同開発です。
■本システムは農林水産省の農業界と経済界の連携による生産性向上モデル農業確立実証事業「防除支援システム研究会(H30~R1)」の成果を社会実装したものです。

開発

日本農業株式会社
NTT DATA 株式会社 NTTデータ CCS

参加

日産化学株式会社
日本曹達株式会社
三井化学アグロ株式会社

※画面は開発中のものため実際と異なる場合があります



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

ゆばと温卵の冷やし椀

材料(2人分)

- ゆば30g ・ナメコ少々
- 温卵2個 ・小口切りミョウガ適宜
- シュンギク1/4束 ・おろしショウガ少々

合わせだし(かつおだし1カップ、みりん大さじ2、薄口しょうゆ大さじ2)

【作り方】

- ①合わせだしを鍋で沸かす。
- ②だしの一部を別鍋に取り、ナメコを煮て冷ます。シュンギクはサッとゆでる。
- ③残りのだしは冷たく冷ましておく。
- ④お椀(わん)にゆば、温卵、シュンギクを盛り付け、③を回し掛け、ナメコ、ミョウガ、おろしショウガをあしらひ出来上がり。



レシピ2

ブリのごまみそしょうが焼き

材料(2人分)

- ブリ2切れ(30g) ・セリ適宜
- タマネギ1/4個 ・サラダ油適宜
- 赤・黄パプリカ各1/4個 ・小麦粉適宜

合わせだれ(みそ大さじ1、かつおだし大さじ3、みりん大さじ1、酒大さじ1、しょうゆ小さじ1、砂糖小さじ1、いりごま大さじ2、おろしショウガ小さじ2)

【作り方】

- ①タマネギ、パプリカは串形に切る。
- ②フライパンにサラダ油をひき、小麦粉をはいたブリ、タマネギ、パプリカを中火で両面焼く。
- ③合わせだれをボウルに入れて混ぜ、②に絡める。
- ④③にざく切りにしたセリをサッと絡めて出来上がり。

アドバイス アルコールの苦手な人は、煮切って加える。

今月のあなたの運勢 2020年 5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 <http://www.rene-v.com/>

<p>♈ 牡羊座 (3/21~4/19)</p> <p>【全体運】 穏やかな運勢ですが、ちょっと物足りなさも。欲しい物リストを作り買ひ物の予定を立てるとやる気がUP</p> <p>【健康運】 マイペースで楽しめる運動がお勧め</p> <p>【幸運の食べ物】 クロダイ</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 パワフルに過ごせます。これと思った物事に集中的に取り組んで。友人たちと茶話会など楽しむのもいいでしょう</p> <p>【健康運】 体調は回復へ。疲れたときは休んで正解</p> <p>【幸運の食べ物】 ワラビ</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 前半は援助運に恵まれ、いろいろ助けてもらえます。後半はあなたが力になってあげましょう。音楽鑑賞にツキ</p> <p>【健康運】 下り坂。中旬の体調変化に留意して</p> <p>【幸運の食べ物】 ラッキョウ</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 問題は解決に向かい、気分も向上に。作業はきめ細かく丁寧に進めましょう。うれしい結果が待っています</p> <p>【健康運】 体力増進のチャンス。本格レッスンも◎</p> <p>【幸運の食べ物】 ソラマメ</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 思わぬ事態に焦りが出がち。運勢は下旬から上昇に転じるので冷静に。判断に迷う場合は慌てず待てば好転</p> <p>【健康運】 前半はけがや発熱に注意を。後半は回復</p> <p>【幸運の食べ物】 葉ショウガ</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 好調なスタートに心が弾みます。失敗も成功の母となるのでチャレンジは続けて◎。外出は遠出がお勧め</p> <p>【健康運】 頑張り過ぎに注意。適宜、休憩を入れて</p> <p>【幸運の食べ物】 カレイ</p>
<p>♎ 天秤座 (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 経験者に話を聞きに行けば素晴らしい打開策を思い付きそう。地域の歴史探訪も視野を広げる良いきっかけに</p> <p>【健康運】 日頃のケアが大事。髪のお手入れにツキ</p> <p>【幸運の食べ物】 ミョウガ</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 大逆転運。ピンチになったときにチャンスです。敵と味方がはっきりするのは良い傾向。詳しい説明が開運の鍵</p> <p>【健康運】 前半は無理をしないで。後半は快調です</p> <p>【幸運の食べ物】 ピワ</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 細やかな気遣いにあなたのファンが増えそう。前半は予定通り。後半はイレギュラーが増えるので臨機応変に</p> <p>【健康運】 次第に忙しくなるので体力をキープ</p> <p>【幸運の食べ物】 キュウリ</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 好調運です。パワーがあるので強気で押すのがお勧め。新しい取り組みにも幸運が宿ります。レジャーも大吉</p> <p>【健康運】 栄養バランスの良い食事で元気いっぱい</p> <p>【幸運の食べ物】 初ガツオ</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 停滞運です。暴走に気を付けましょう。念入りな確認がトラブル回避の決め手に。ストレス発散には入浴が◎</p> <p>【健康運】 暴飲暴食が心配。食事は規則正しく</p> <p>【幸運の食べ物】 シソ</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 春風に誘われる軽やかな運気。外出の予定を入れて。旅行は近距離がお勧め。急な出費への準備は怠りなく</p> <p>【健康運】 手足のストレッチと目のケアを重点的に</p> <p>【幸運の食べ物】 夏ミカン</p>