

たがわ

グリーンハート

発らぶTAGAWA
2020年
3月



女性部 ふれあいの旅

2月6日(木)、J A たがわ女性部ふれあいの旅を実施しました。今回は熊本への日帰り旅行となっており、92名の部員参加のもと

「玉名司ロイヤルホテル」にて防災士である柳原志保氏の講演を聞き、災害への備えについて学びました。東日本大震災・熊本地震、2つの大災害の経験を教訓として伝える防災講演会は、経験がない人たちにも強く印象に残る講演となりました。また講演の途中では、万が一の時に役立つ新聞紙を使ったスリッパ作りも行いました。「防災」と聞くと難しく考えてしまいますが、食品の買いだめや

保存食づくりなども災害への備えに繋がります。「無理なく楽しく備えることが大切です」と柳原氏は語っていました。

講演後に昼食を取り、田原坂西南戦争資料館へと足を運びました。ボランティアガイドに連れられ、戦いに至る経緯や時代背景、戦いの様子などを資料と共に体感しました。資料館を後にし、フードパル熊本園内にある「白い貴婦人」と「杉養蜂園」にてお買い物物を済ませ、1日の旅行を終えました。来年度も皆様に満足いただけるような旅行を計画していきますので、是非ご参加ください。



座談会説明会

1月17日(金)に本所3階大会議室で春期集落座談会説明会を開催し、平成31年度中期方針の実施状況の報告や令和2年度に向けての取組計画、経営所得安定対策等の概要や各地域での令和2年産米の作付計画等についての説明並びに生産コスト低減による農業所得の増大を図るため、肥料・農薬共計注文の全戸利用への取り組み等、組合員へ提供する情報の統一を図りました。



防除講習会

各部会で防除講習会が開催され、各農薬メーカーより農薬の効果等の説明があり、作物の品質向上に向け意識の統一を図りました。

1月

● 30日(木)：ソラマメ部会(長谷川芳廣部会長)

2月

● 12日(水)：川崎果樹部会(原口友博部会長)

● 13日(木)：イチジク部会(宮内了治部会長)

ナシ部会(平川彦部会長)

ソラマメ部会



川崎果樹部会



ナシ部会



イチジク部会

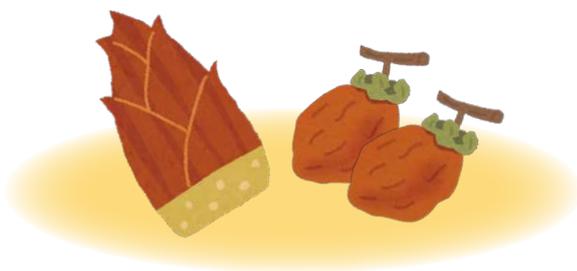


採銅所園芸部会総会

1月28日(火)、採銅所支所2階会議室で平成31年度採銅所園芸部会総会(栗崎勲一部会長)を開催し、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。

今年度は役員改選の年であり、栗崎勲氏が引き続き部会長に就任され「部会員一人丸となって採銅所の特産品をPRし、守っていけるよう頑張らしましょう」と挨拶しました。

採銅所園芸部会は、今後もタケノコや干柿等地域特産品を存続させるためのPR活動に努めるとともに新規生産者確保を目指し、今後の農業を担っていく若者に農業の魅力を発信していく取り組みを実践していきます。



年金友の会各支部総会

年金友の会各支部で総会が開催され、すべての議案が承認されました。

総会終了後に懇親会が開かれ、会員相互の交流を深めました。

1月 ● 添田支部津野地区：25日(土) 田川市山賊鍋

2月 ● 添田支部：1日(土) 飯塚市パドドウル・コトブキ

● 添田支部彦山地区：8日(土) 田川市山賊鍋

● 赤支部：8日(土) 赤村源じいの森温泉センター

● 採銅所支部：11日(火) 糸島市初潮旅館

添田支部津野地区



添田支部



添田支部彦山地区



赤支部



採銅所支部



年金相談会開催

2月8日(土)、本所3階大会議室で年金相談会を開催しました。社会保険労務士の古賀隆広先生を招き、各支所管内から10名の年金受給相談を受けました。

次回の年金相談会は、6月

に開催を予定していますので、現在受給している年金に疑問を感じていることやその他相談等ございましたら、是非ご参加ください。尚、相談料は無料です。



青色申告会総会



JAたがわ青色申告会(永富久三会長)は、1月15日(水)に本所3階大会議室で、平成31年度JAたがわ青色申告会税務研修会を開催しました。

講師の田川税務署上席国税調査官の藤岡久継氏より



令和2年分改正税法について、JAたがわ青色申告会顧問税理士の川上陽介氏より確定申告に関する注意点の講義・説明があり、研修会に参加した会員は熱心に研修を受けていました。



JAたがわ青色申告会の記帳会及び申告会が始まりました

青色申告記帳会は1月29日(水)より2月12日(水)までの10日間、本所、各支所で行われました。

申告会は2月13日(木)より

3月6日(金)までの16日間、各支所及び本所で順次開催しており、会員の税務申告に関するあらゆる相談や記帳・申告の手續ぎが行われています。

かわら夢ファーム設立総会

1月18日(土)、香春町中組公民館で農事組合法人かわら夢ファーム設立総会を開催し、第1号議案から第4号議案まで協議し、すべての議案が承認されました。

設立総会には香春町長(筒井澄雄町長)をはじめ、田川普及指導センター長(藤井茂樹センター長)や税理士、JACから三島組合長、田中専務、常盛常務など16名が来賓として参加し、香春町長、田川普及指導センター長、三島組合長が来賓を代表して挨拶しました。

農業従事者の高齢化や後継者不足、農業所得の減少等、農業を取り巻く環境は厳しさを増しており、安定した経営を次世代に引き継ぐためには、地区水田のブロックローテーションによる転作(麦・大豆等の作付を担う法人化が必要であり、更に、水田・畑

作経営所得安定対策として法人化の必要性が求められています。

そのため農事組合法人設立説明会を開催し、法人化に向けた設立委員会等を立ち上げ、研修会、勉強会、検討会議、他県での農事組合法人の見学・説明会等を行い、設立同意に関するアンケート調査を行い農地耕作者の意見集約を実施し、法人化に向けた加入賛同者による同意のもとに設立総会開催に至りました。

初代組合長には梅林募氏が就任され「香春地区の水田農業の維持・発展に貢献できるよう、みなさんと協力し頑張っていきたいと思います」と挨拶しました。





生産者インタビュー

イチゴ農家

川上 かわかみ

晃司さん こうじ (37)

【後藤寺支所管内】

ゴルフが趣味でよくホールを周っている晃司さんは、2011年に就農し、今年で9年目を迎えました。

「田川市にイチゴ農家がいなかったの
で『じゃあイチゴ農家をやろう』と思って
農業を始めた」と話す晃司さんは、現在、
14aでイチゴの栽培を行っています。苺
部会長として、田川地域の農業発展に大
きく貢献されているほか、JAたがわ青
壮年部に所属し、県青協委員の副委員長
をされており、田川地域及び福岡県域の
農業を盛り上げるため活動しています。

「農業をやっている、苦労することはこ
れとってないけど、病害虫の発生には
十分気をつけている。それに資材コスト
の上昇や栽培面での技術不足など課題は
多いから、これからも農業を続けていく
ために、研修や先進地視察をしたりして
いる」と話してくれました。

「イチゴはお客さんからの反応が直に

表れる。一生懸命育てたイチゴがお客さん
に喜んでもらえるし、笑顔になっても
らえるから、これからも頑張ろうって思
えるし、それがやりがいにも繋がる」と笑
顔で話していました。

「もつと高レベルの栽培技術を身に付
け、いずれはイチゴを田川市の特産品に
したい。また、イチゴの新規就農者を増や
すため、今後、受け入れる体制を構築し
ていきたい。そして、青壮年部を盛り上げ
て田川地域の農業がもつと発展できるよ
うに頑張る！」と強く話してくれまし
た。

晃司さん、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。

3月号は、

「水稲育苗について」です。

1 播種・覆土

- ① 床土に、目の細かいジョロ等を用いて十分にかん水する。
- ② 床土にダコレート水和剤500倍液を1箱当たり500mℓ散布する。
- ③ 催芽粉で1箱当たり約180g(≒1合6勺≒290mℓ)を播種する。
- ④ 種子が見えない程度に覆土する。



2 育苗場所の選定

- ① 育苗箱は日当りのよい水平な場所に並べる。
- ② 育苗箱の下にパイプ又はりん木をひくと、過剰な水分を早く取り除くことができ、生育も安定する。

3 被覆

- ① 表1の通り、寒冷紗や黒色ラブシート、太陽シートで被覆する(ベタがけまたはトンネルがけ)。
- ② 芽の長さが3~4cmになったら、被覆資材を除去する。

4 病気の予防

- いもち病対策／出芽後から播種7日後までに、ベンレート水和剤500倍液を苗箱1箱当たり500mℓ散布する。
- 苗立枯病等対策／出芽時の温度が30度以上になると発生が助長される。積重ね出芽(段積み)は避ける。積重ね出芽(段積み)する場合は温度が上がりすぎないように注意する。

表1 被覆資材の種類と留意点

被覆資材	被覆日数	留意点
寒冷紗	8日	ベタがけで、網の目の間から葉先が出ている場合、これに接している部分が高温のために葉やけを生じることがある。被覆中、灌水が必要。
黒色ラブシート (黒色不織布)	7~8日	ベタがけで、特に密着させて被覆した場合、これに接している部分が高温のために葉やけを生じることがある。被覆中、灌水が必要。
太陽シート (アルミ蒸着フィルム)	7日	ベタがけで、降雨時、雨水がシート上に溜まり、放置すると溜まったところが押さえられて発芽不良等となるので、降雨後、速やかにシートをはぐり溜まり水を取り除く。被覆中、灌水不要。

5 水かけ

- ① 水かけを夕方に行うと床土の温度を下げることになるので、できるだけ朝方に行う。
- ② 水をやりすぎると根張りが悪くなり徒長しやすいので注意する。

6 箱施薬

- ① 田植3日前~当日に1箱当たり50g散布する。箱施薬の散布量が少ないと効果が低下するため、必ず施用量を守る。
- ② 除草剤の1キロ粒剤と同じ大きさの袋であるため、散布時は間違えないように注意すること。

☆ 令和2年産良質米稲作ごよみは、自宅の見やすい場所に貼り、作業ごとに確認しましょう。☆

とうがらし(鷹の爪)栽培方法



とうがらしはシシトウやピーマンなどの仲間、栽培方法もほとんど同じですが、とうがらしは整枝をほとんどする必要がなく、簡単に育てられます。鷹の爪は、辛みが強く、小さな実が上向きにたくさんつくのが特徴です。生育適温が25~30度と高温性で暑さに強く、病害虫の心配もあまりないので、初心者でも育てやすい野菜です。

畑の準備

とうがらしは連作障害のでやすい野菜です。特にナス科のトマト、ナス、ピーマン等の野菜を3年以上栽培していない場所を選びましょう。また、酸性の土壌を嫌うので、酸性に傾いた土壌では石灰を施し、よく耕しておきましょう。

苗の植え付け2~3週間前に苦土石灰をまいてよく耕し、1週間前になったら堆肥と化成肥料を施して耕し、畝立をし黒マルチを張りましょう。黒マルチを張ることで雑草の抑制と地温を上げる効果に期待できます。黒マルチの代替えで稲わらなどを使用するのもいいでしょう。排水があまりよろしくない圃場では高畝にしましょう。

元肥、追肥(1aあたり)

元肥・・・牛糞堆肥：200kg、苦土石灰：10kg、園芸化成48号：5kg
追肥・・・硝酸加安S646：2kg

定植方法

畝幅：90cm、株間：1列（または2列）、40~50cm
苗の植え付け後、仮支柱を立てて茎を結ぶ。
仕立て：長さ120cmの支柱を垂直に立てる。

栽培中の管理

追肥1回目は実がつき始めるころに、2回目以降は2~3週間に1回。

収穫

赤くなったものから順次収穫していき、ほとんどの実が完全に赤になったら株元から切り取って収穫しましょう。

※とうがらしは鮮やかな赤色のものが一番辛いと思われがちですが、とうがらしの辛み成分であるカプサイシンの分量は実の肥大にともなって増量していき、肥大が終わるのをピークに減少していきます。一番辛みが強いのは肥大が終わった時で、緑色から少し色が変わり始めるころです。また、青とうがらしや葉とうがらしも食べられますので必要に応じて収穫をしましょう。

【害虫対策】

令和2年2月17日現在

農薬名	害虫	散布時期	希釈倍数	散布分量	使用時期	使用回数
ベニカグリーンVスプレー	アブラムシ、ハダニ	生育期		原液		
プレオフロアブル	タバコガ(チョウ目類)	生育期	1000倍	10ℓ~30ℓ/1a	収穫前日	2回
ガスタード微粒剤	青枯病、疫病	定植前		3kg/1a	定植21日前	1回

- ◆農薬の使用に当たっては、ラベルの記載に従って使用してください。
- ◆肥料・農薬・種子については各グリーンセンターにて取扱いをしています。
- ◆苗の注文については育苗センターにて行っています。

あなたの免許大丈夫!?

道路運送車両法の改定により、ロータリーやハロー等けん引タイプでは無い作業機を装着した状態のトラクターが、一定の条件を満たした場合、公道走行が可能となりました。

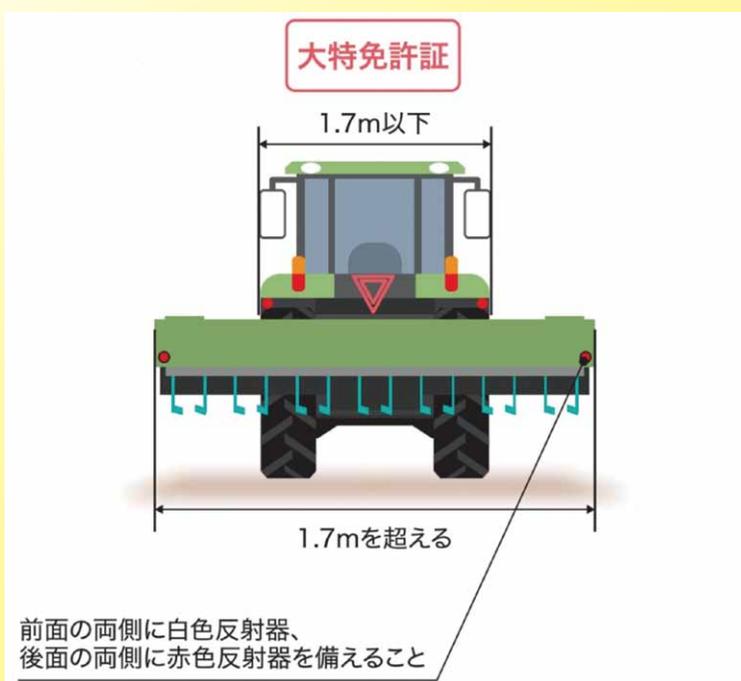


「一定の条件」とはどのようなものですか??

A: 作業機の幅、灯火器類、最高速度、運転免許等の確認が必要です。

⚠️ ご注意 ⚠️

作業機を装着して幅が1.7m以下や高さ2.0m以下かつ、最高速度15km/h以下等を確認し、それを超える場合は大型特殊自動車免許(農耕用含む)が必要です。その他、左右両側にサイドミラー、制限標識、反射器等が必要です。



大型特殊免許の取得方法

① 福岡県高性能農業機械研修(農耕用車限定)

福岡県農業大学校での5日の運転教習を行い県試験場で技能検定を受ける。
講習料無料、募集期間:4月下旬から6月上旬(※定員あり)
詳しくは各行政窓口及び各支所担当者までお願いします。

② 田川自動車学校

普通免許保持者で6時限の技能教習・検定(最短)
TEL 26-1201 ※免許取得についてはお問い合わせください。

「無免許運転」にならないようご自身の運転免許証をご確認ください。

※無免許運転の場合、道路交通法違反となり行政処分の対象となります。

公道走行にあたっての チェックポイント

農作業機（ロータリー、ハロー、直装式ブームスプレーヤ、播種機等、農耕トラクタに直接装着するタイプのもの（けん引タイプではない）であって、移動時に折りたたみや格納出来るものは折りたたみ格納した状態のもの）を農耕トラクタに装着した状態で公道走行が可能かどうか、次のチェックポイントを必ず確認してください。

全てのチェックポイントをクリアできれば、公道走行が可能です。

✓ チェックその1（灯火器類の確認）

農作業機を装着しても、灯火器類（方向指示器、後部反射器、前照灯、車幅灯、尾灯、制動灯、後退灯）が他の交通から確認できることが必要です。

農作業機を装着した状態で、農耕トラクタの前方や後方から灯火器類の取付け状態を確認しましょう。

① 確認できない（見えない）場合に必要な対応

所定の位置に灯火器類を別途設置する必要*があります。



② 確認できる（見える）場合でも必要な対応

① 灯火器類が確認できる場合でも、取付位置が最外側（農作業機の端）から40cmを超える場合は、作業機の両端に反射器（前面白色、後面赤色）を設置する必要があります。

② 保安基準緩和の条件となる制限を受けていることを示す標識▽を後面の見やすい位置に表示する必要があります。



✓ チェックその2（車両幅の確認）

① 農耕トラクタ単体で、長さ4.7m以下、幅1.7m以下、高さ2.0m以下、かつ、最高速度15km/h以下の場合、農作業機を装着した状態で、車両の幅が1.7mを超えていないか確認しましょう。

○ 幅が1.7mを超えている場合に必要な対応

機体左側に後写鏡（サイドミラー）を設置する必要があります。

② 農耕トラクタ単体の大きさを含め、農作業機を装着した状態で幅が2.5mを超えていないか確認しましょう。幅が2.5mを超えている場合には、道路法に基づく特殊車両通行許可が必要です。



○ 幅が2.5mを超えている場合に必要な対応

① 道路管理者（国道：地方整備局、都道府県道：各都道府県、市道：各市町村）から、特殊車両通行許可を得る必要があります（農道は許可を得る必要はありません）。

② 車両の最外側が分かるよう、外側表示板、反射器、灯火器を設置する必要があります。

③ 保安基準緩和の条件となる制限を受けていることを示す標識「▽全幅〇.〇〇メートル」を後面の見やすい位置に表示する必要があります。

④ 運転者席にも幅を表示する必要があります。



✓ チェックその3（安定性の確認）

農作業機を装着することで農耕トラクタの安定性（傾斜角度）が変わるため、安定性の保安基準（30度又は35度）を満たせなくなる場合があります。その場合は、運行速度15km/h以下で走行しなければなりません。

○ 安定性の確認方法

① 農耕トラクタと作業機の組合せによる安定性の確認結果については、（一社）日本農業機械工業会のホームページで公表しています。安定性が確認されたものについては、15km/h以下での走行制限はありません。

○ 安定性が確認されていない場合に必要な対応

① 保安基準緩和の条件となる制限を受けていることを示す標識を後面の見やすい位置に表示する必要があります。

② 運転者席にも制限速度を表示する必要があります。

「▽運行速度15キロメートル毎時以下」

速度制限表示



✓ チェックその4（免許の確認）

小型特殊・普通免許で運転が可能なのは、農耕トラクタ単体又は農耕トラクタに農作業機を装着した状態での寸法が、長さ4.7m以下、幅1.7m以下、高さ2.0m以下（安全キャブや安全フレームの高さ2.8m以下）を満たす必要があります。このため、農作業機を装着することにより、この寸法を超える場合には、これまでどおり大型特殊免許が必要です。

なお、車検制度上ではこの寸法を超えても大型特殊には該当しないため、車検は必要ありません。



小型特殊・普通免許で運転可能

作業機装着後



大型特殊免許で運転可能

知っていると得する年金講座



Q. 年金をもらいながら働くと、年金が減らされることがあると聞いたのですが、どのような制度でしょうか？

A. 老齢厚生年金を受け取れる人が厚生年金の被保険者として働き、一定以上の収入がある場合、年金の一部または全部が支給停止となります。これを在職老齢年金といいます

✓ 在職老齢年金とは

老齢厚生年金を受け取れる人が厚生年金の被保険者として働く場合、年金(基本年月金額)と賃金(総報酬月額相当額)の合計額が一定額を超えると年金額の全額または一部が原則として下記の表のとおり支給停止になります。

◆減額のしくみ(年齢によって異なる)

60~64歳	年金額と賃金の合計が 28万円 を超えると超えた額の2分の1が支給停止
65歳~支給停止	年金額と賃金の合計が 47万円 を超えると超えた額の2分の1が支給停止

※上記 28 万円、47 万円は、賃金や物価の変動に応じて毎年見直されます。

◆在職老齢年金に関する留意点

[加給年金]

65歳未満の配偶者や子ども(18歳到達年度末までの子)を扶養していれば、加給年金が支給されます。いずれの年代においても、在職老齢年金が一部でも支給される場合は全額支給され、これが全額停止される場合は加給年金も全額支給停止となります。

[雇用保険]

雇用保険の「高年齢雇用継続給付」(高年齢雇用継続基本給付金または高年齢再就職給付金)を受給すると、在職老齢年金による調整に加えて、されにこの年金が減額されます。(最高で月給の6%相当分)。

[繰下げ受給]

65歳から支給される老齢厚生年金が在職老齢年金によって支給停止となる人は、繰下げ受給による増額を考えるかもしれません。しかし、在職老齢年金によって支給停止されている部分は、繰下げても増額の対象外です。

✓働き方・ライフスタイルを考えましょう

年金が減額されない給与額より少ない額で働く、厚生年金に加入しない形で働くなどの場合は、年金額は減少しません。

なお、在職老齢年金となったとしても、厚生年金に加入して働いた分は退職後の老齢厚生年金額に加算されるので、退職後の年金収入アップにつなげられます。ご自身のライフスタイルに合わせて選択しましょう。

農業新聞を購読しませんか？

THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS
日本農業新聞
<http://www.agrnews.co.jp/>
 〒110-8722 東京都中央区秋葉原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

<p>農政情報 いち早く詳しく</p> <p>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。</p> <p>ニュースアイ</p>	<p>「若者力」に注目</p> <p>創刊90周年キャンペーンで「若者」にスポットを当てる。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。</p>
<p>JA自己改革 後押し</p> <p>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。</p> <p>自己改革 加速</p>	<p>充実のマーケット情報</p> <p>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。</p>
<p>経営に役立つ技術</p> <p>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。</p> <p>営農+</p>	<p>身近な話題きめ細かく</p> <p>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。</p>

購読料(税込)…2,623円

購読のお申し込みは、お近くの支所でお願ひします

牛フン堆肥 キャンペーンを 実施中!

JAたがわでは、2月1日より牛フン堆肥キャンペーン予約注文の受け付けを行っております。キャンペーン期間中は、2t配送価格5,500円(税込)をキャンペーン価格の3,300円(税込)にて配送致します。ご予約、お問い合わせ等ございましたら、下記までご連絡ください。

予約注文 受付期間 3月17日 まで

予約注文連絡先

- 資材課 / 0947-22-4622
- 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

※製品製造及び日中の配送に限りがありますので、ご希望日に配送できない場合がございますのでご了承ください。

家の光

食と農から始まる。JAグループのファミリー・マガジン

家族みんなに役立つ記事いっぱい!

生涯現役 ボディメイク

ぜひご購読ください!!

◎家の光購読料(税込)

- ・普通月号(2・3・6・8・10・11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

◎地上購読料(税込)

- ・普通月号(1・2・3・5・6・7・8・9・10・12月号)..... 618円
- ・付録月号(4・11月号)..... 680円

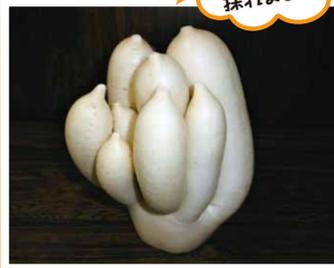
◎ちゃぐりん購読料(税込)

- ・普通月号(2・3・5・6・7・9・10・11・12月号)..... 492円
- ・付録月号(1・4・8月号)..... 576円

購読のお申し込みは、お近くの支所までお願ひします。

珍野菜

八木のゲイコンが採れました!



生産者 **中川 義央 様**
 住所... 田川郡赤村大字赤

平成14年4月の厚生年金と統合前に農林年金に加入していた方へ

農林年金の特例一時金をお支払いいたします

お心当たりがある方、こちらまでご連絡をお願いします。

連絡窓口 **農林年金 管理徴収課**
03-6811-0550

農林漁業団体職員共済組合 (農林年金)
<http://www.norin-nenkin.or.jp/>



令和2年4月1日の農林年金改正法の施行日以降、対象者全員に特例一時金をお支払いして農林年金のお支払いは終了します。

私を
もりえるのか

でも

農林年金に住所登録がないとお届けできません

※対象者には農林年金から特例一時金のお支払いのご案内をお送りいたします。

対象者

農協、漁協、森林組合などの農林漁業団体にお勤めされたことのある方

(※農業共済組合、厚生連病院、土地改良区、農業会議、たばこ耕作組合、漁船保険組合、農事組合法人など)

特にこんな方は登録されていない可能性があります

- 1 平成8年12月以前に団体を退職している。^{※1}
- 2 日本年金機構「ねんきん定期便」に農林年金期間が含まれていない。^{※2}
- 3 すでに62歳を超えているが農林年金から何の連絡もない。^{※3}
- 4 62歳はまだ先のことが、①②に当てはまる。

※1 特に退職時と「苗字(姓)」が変わっている場合、住基ネット確認できません。
 ※2 農林年金期間は、ねんきん定期便の「一般厚生年金」期間に含まれています。
 ※3 平成31年4月1日時点で62歳を超えている。

温もりを
体に入れる
ぼたん鍋

太田 輝久

ものの芽や
やはり地球は
生きている

原田 祥二郎

今月の一句

* けんこうひゃっか * **健康百科** 耳掃除のやり過ぎは駄目

健康科学アドバイザー
福田 千晶

耳掃除は気持ち良いと感じます。理由は、耳の穴には迷走神経と呼ばれる神経があり、触れると快感を生じるからです。そのため気持ち良く頻繁に行いたくなるのですが、実は耳掃除のし過ぎは危険なのです。

耳あかの源は、耳穴の古くなつた皮膚の細胞と、耳垢腺から出る分泌物が混じり合った物で、本来は外穴にとどまり、屋外での農作業などでも虫やごみが耳に入り傷付かないように、自然に外耳道を保護してくれるのです。そして、耳あかは自然に少しずつ耳から出て行きます。

ところが耳掃除をする時、耳あかを耳の奥に押し込むことがあります。また、耳の皮膚は薄いのので、耳掃除の折に傷を付けることもあります。耳の傷が原因で血液や浸出液が出てそれが固まると、かゆみを起こします。かゆくになるとさらに、耳掃除をしたくなり、傷を付けるという悪循環になります。しかも、耳の傷が炎症を起こすと外耳炎になり、痛みや耳の周囲の腫れを伴い、耳鼻科での治療が必要になります。

3月3日は耳の日です。耳掃除は気持ち良いと感じますが、実は耳掃除のし過ぎは、耳の自然な清潔作用がなくなり余計に不潔になります。しかも、外耳炎や耳のかゆみ、不快感の原因にもなるので耳掃除のし過ぎはやめましょう。木製や金属製の耳かきを使用したり、耳の奥深くまで掃除するのは傷を付けやすいので気を付けましょう。耳掃除は、清潔な綿棒を使い、月に1〜2回で十分です。入浴や水泳の後に耳の中に水が入ったときは、タオルや綿棒で入り口付近だけ水を拭き取ります。

耳を掃除するのは、清潔になるイメージもありますが、実は耳掃除のし過ぎは、耳の自然な清潔作用がなくなり余計に不潔になります。しかも、外耳炎や耳のかゆみ、不快感の原因にもなるので耳掃除のし過ぎはやめましょう。木製や金属製の耳かきを使用したり、耳の奥深くまで掃除するのは傷を付けやすいので気を付けましょう。耳掃除は、清潔な綿棒を使い、月に1〜2回で十分です。入浴や水泳の後に耳の中に水が入ったときは、タオルや綿棒で入り口付近だけ水を拭き取ります。



のんき家族
しオナルド★いも



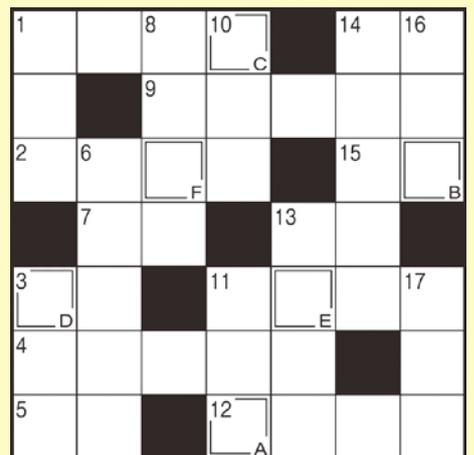
パズルで頭の体操

☆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?
出題 ● ニコリ

- ヨコのカギ**
- ① ひな人形に供える角張った食べ物
 - ② 守備の反対語
 - ③ サンとゴの間
 - ④ 兵庫県の郷土料理。地元では卵焼きとも呼ばれます
 - ⑤ A、B、C……と数えて11番目
 - ⑦ 走ると切れることも
 - ⑨ 京の着倒れ、大阪の――
 - ⑪ 白井義男は日本人初のボクシング世界――です
 - ⑫ 骨と骨をつなぎます
 - ⑬ 白米を量るときに使う単位の一つ
 - ⑭ 父や母の姉妹です
 - ⑮ ――して得取れ



- タテのカギ**
- ① 成長すると鶏になります
 - ③ 太陽が東から昇る時分の車の方向指示器のこと
 - ⑧ 事故などを現場に居合わせて直接見ること
 - ⑩ 工業――社会。
 - ⑪ 地震、雷、火事、――
 - ⑬ 真ちゅうやステンレス、――
 - ⑭ 雑巾を用意して年度末の――をした
 - ⑮ 旧暦3月の異称です



2月号の答え ▼ チョコレート

63 〒825-8588
田川農業協同組合
総務部管理課
田川市伊田5-2-20

★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
3月16日(月)

①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。

組合員紹介



奥田 康高さん (70) 住所/田川郡大任町大字今任原

ガス会社に勤めていた康高さんは、就職してからずっと兼業農家として水稲60aの作付を行っており、退職後も顧問として後輩の育成等に励んでいます。

庭木の剪定が趣味で、康高さんのお宅には綺麗に整えられた庭木が植えられており、自宅の裏山もきれいに管理されています。また、奥様と毎月1度は温泉旅行に行かれています。「孫の成長が一番の楽しみ。今後夫婦で温泉旅行に行きたい」と終始笑顔で話してくれました。

確定申告の時期になりました

所得税・贈与税の申告と納付は令和2年3月16日(月)まで

個人事業者の消費税の申告と納付は令和2年3月31日(火)まで

- 申告期限間近は、特に混雑することが予想されます。
- 混雑状況により早めに申告会場の受付を終了する場合があります。

【確定申告会場】

会場 たがわ情報センター 田川市番田町2-1

期間 令和2年3月16日(月)まで

※期間中は、田川税務署では確定申告会場を開設しておりません。※土、日、祝日等は休みとなります。

受付 午前9時から午後4時まで

※受付終了間際は混雑する場合がありますので、お早めにご来場ください。

2月17日より確定申告会場が開設されました。

申告される方は下記期間までに申告を行いましょう。



理事会報告

令和二年二月二十九日(水)

【報告事項】

- (一) JJA経営をめぐる情勢について
- (二) 令和元年12月末実績報告
- (三) 不祥事発生状況等の月例報告
- (四) 事務ミス等発生状況の月例報告
- (五) 反社会的勢力対応に関する定期報告

(六) 組合員加入脱退報告

(七) 利益相反取引実行結果報告

(八) 自動車共済損害体制の再構築に伴う業務体制の移行について

(九) 農業振興委員会報告

【付議事項】

- (一) 利益相反取引による貸付審査について
- (二) Fオン機器類更新によるリース契約の締結について
- (三) 支所再編について



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
「キッチン晴人 (ハレジン)」オーナーシェフ



レシピ1

シジミとセリのペンネ

材料(2人分)

- ペンネ.....100g
- シジミ.....200g
- セリ.....1束
- 水.....2と1/2カップ
- オリーブ油.....大さじ2
- 塩・こしょう.....適宜
- ニンニク.....1片

【作り方】

- 鍋にオリーブ油とつぶしたニンニクを入れ熱し、ニンニクの香りが立ったらシジミと水を入れ強火にかける。
- 途中あくを取りながら4分の1ほどに煮詰める。
- 鍋に塩を入れて沸かし、ペンネをゆでる。
- ゆで上がったペンネを②に入れ、シジミのだしをしっかりと吸わせ、長めに切ったセリを入れ、塩・こしょうで味を調え出来上がり。



レシピ2

畑の様子 (揚げ焼き野菜の温サラダ)

材料2人分)

- アスパラガス.....2本
- ニンジン.....1本
- スプラウト.....適宜
- 松の実.....適宜
- 煮詰めたバルサミコ.....適宜
- 岩塩.....適宜
- 小麦粉.....適宜
- オリーブ油.....大さじ3

【作り方】

- ニンジン、アスパラガスはスティック状に切り、小麦粉をはたいておく。
- フライパンにオリーブ油を入れ熱し、①をじっくりと揚げ焼きして火を通す。
- 平皿に②を盛り付け、煮詰めたバルサミコで線を描き、岩塩を振り、松の実、スプラウトを散らし畑の様子を表現する。

アドバイス

パーティーなどにいかがでしょうか？
ニンジンやアスパラガスは、他の畑の野菜に変えてもOKです。いろいろな味、香り、色を楽しんでください。

今月のあなたの運勢 2020年 3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】 上昇運です。周りの様子を見ながらゆったり進めましょう。いい感じでまとまり、あなたへの信頼も深まります</p> <p>【健康運】 無理は禁物です。疲れたら早めに休んで</p> <p>【幸運の食べ物】 フキのとう</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 良好です。疎遠だった人とも連絡が取れ、うれしいニュースも。近距離の旅行にもツキが。お花見の計画を立てて</p> <p>【健康運】 体力アップのチャンス。運動量を増やして</p> <p>【幸運の食べ物】 サワラ</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 予定通りに進まずイライラすることが。でも、下旬には解消。連絡の悪さは小まめな確認でカバーしましょう</p> <p>【健康運】 以前やっていた健康法を復活させると◎</p> <p>【幸運の食べ物】 春キャベツ</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 ハプニング運ですがラッキー要素もいっぱい。予想外のことを楽しむ気持ちが開運につながります。臨機応変に</p> <p>【健康運】 何でもやり過ぎず規則正しく心掛けて</p> <p>【幸運の食べ物】 カラシナ</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 春がそこまで来ています。暖かくなってからすることの準備を先取りすると、幸運の呼び水に。新プランにツキ</p> <p>【健康運】 リラックスを心掛けて。温かい飲み物を</p> <p>【幸運の食べ物】 レモン</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 行動的なほどツキに恵まれます。歓迎会などの計画を立てるなど、人と会う行事を大切に。うれしいハプニングも</p> <p>【健康運】 筋力アップの好機。ハードな運動も◎</p> <p>【幸運の食べ物】 ツクシ</p>
<p>♎ 天秤座 (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 あちこちから声が掛かり、交通整理が大変かも。自分の意見をちゃんと伝えて。あいまいにしておくこと</p> <p>【健康運】 準備体操と休憩が大事。無理のない運動を</p> <p>【幸運の食べ物】 ルッコラ</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 対人運が活発化。待っていた吉報も入りにつこりできそう。ただ交際費がかかるのが玉にきず。家計簿を付けて</p> <p>【健康運】 ダンスやグループで楽しむスポーツが◎</p> <p>【幸運の食べ物】 シラス</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 問題続出で頭が痛いかも。失言には気を付けて。下旬から運勢は急上昇。相手を思いやる気持ちが困難解消へ</p> <p>【健康運】 暴飲暴食に注意。漢方薬の効果に期待</p> <p>【幸運の食べ物】 タラの芽</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 滞っていたことが進みだし波に乗れます。リーダーシップを発揮して◎。仲間外れをつくらない気遣いで人気者に</p> <p>【健康運】 頑張り過ぎないで。発熱、歯痛には注意</p> <p>【幸運の食べ物】 タケノコ</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 お金の問題が持ち上がり慌てそう。冷静に対処すれば大丈夫です。防犯を心掛け家族で詐欺対策の話し合いを</p> <p>【健康運】 質の良い睡眠が健康を支えてくれます</p> <p>【幸運の食べ物】 ニンシ</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 活発に動くほどラッキーに巡り合えます。外出、人と会う予定を優先して。ショッピング運も好調。くじ運あり</p> <p>【健康運】 新しい健康法を試してみよう</p> <p>【幸運の食べ物】 ナバナ</p>