

たがわ

発らぶTAGAWA
2023年
6月

グリーンハート



JAたがわ花卉部会赤支部総会

JAたがわ花卉部会赤支部（在津圭太支部長）第57回通常総会が4月12日（水）、源じいの森で開催され、第1号議案から第2号議案まで、すべての議案が承認されました。

花卉部会赤支部は、市場ニーズに対応した品種選定や仕立方法の研究、近年の異常気象に対応できる栽培技術の確立を行い、赤村の花を有利販売する



ため市場との連絡を密に取り、将来後世に希望の持てる花卉産地の育成・強化を図ります。部会として100回目の総会開催を目指し、部会員一丸となり管理徹底、品質向上に取り組みしていきます。

令和4年度JAたがわ添田園芸部会総会

JAたがわ添田園芸部会（岡崎雄一部会長）が令和4年度第57回通常総会を4月25日（火）に添田支所2階会議室で開催されました。令和元年より新型コロナウイルス感染症の影響で部会活動を自粛していたため3年ぶりの開催となり、部会員をはじめ、寺西添田町長や市場関係者、田川普及指導センター、JA職員等35名が出席しました。

添田園芸部会は、高品質出荷を行うため市場と連携による定期的な目合わせ会の開催により各品目毎に選果選別の徹底、生産性向上や品質向上を図り、また、農薬残留検査による安全性の確認や主要品目の予約相対、契約栽培等の取り組み



みにより部会員の経営の安定化と所得増大を図りました。令和5年度部会計画は、地域イベントへの参加や視察研修等の部会活動を行うよう計画が承認されました。

女性部
総会

JAたがわ女性部(稲富町子部長定期総会が4月21日(金)に田川青少年文化ホールで開催され、第1号議案から第5号議案まで、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、川崎支部の田所美恵子氏が新たに部長に就任され「各支部役員や理事、顧問など先輩方の協力を頂きながら、任期を全うしたいと思っています。また、来年の総会には本日出席された方全員が一人仲間を連れてきて貰えたら、この総会も賑やかになりますので、お願いします」と挨拶しました。

令和4年度はJA女性組織3ヶ年計画「JA女性想いをひとつにみんなでHAPPY!」の実践1年目にあたり「つながろう!」「まもろう!」「かかわろう!」「みつけよう!」の4つの目標に基づき活動いたしました。

各支部において、しめ縄作りや正月用生け花講習会、みそ作りなどを行い部員間のつながりを大切にしました。

また、腹部超音波検診や大腸がん検診を行い健康管理に努め、

環境保全としてペットボトルキヤップの回収、女性部70周年記念イベントへの参加や、県女性協委員会、JA女性組織長・事務局合同会議にて意見交換会や、家の光大会での発表会を通し各地の優良事例を学んだり、相互研鑽に努めました。

記念講演では「JA協同組合の理解を求める」をテーマに、JA福岡中央会教育センター諫山謙介氏が講師として、相互扶助と相互信頼、そして公正な社会の実現を目指して、みんなが必要な分だけを分かち合う、競争ではなく共生を目指したのが協同組合であると、講演を通して学びました。

また、第一講演では、大分県鷹鳥屋神社神主の矢野大和氏を迎えての講演が行われ「死を迎える覚悟、我々は子孫に何を残すか」をテーマに、落語を交えての講演は大いに盛り上がり参加した女性部員より「面白かった」「また聞きたい」との声が多く上がりました。



総会議案

- 第1号議案**
「令和4年度活動報告並びに活動経費明細について」
- 第2号議案**
「令和5年度活動計画並びに活動予算の承認について」
- 第3号議案**
「令和5年度会費及び徴収方法について」
- 第4号議案**
「JAたがわ女性部規約の変更について」
- 第5号議案**
「令和5年度新役員の承認について」

令和5年度役員体制

部 長	川崎支部	田所美恵子
副部長	赤支部	宮崎 牧子
支部長	大任支部	藤原 豊美
支部長	伊田支部	高口ふじえ
支部長	後藤寺支部	浦田 早苗
支部長	猪位金支部	粕井 美穂
支部長	福智支部	谷 典子
支部長	糸田支部	長谷川涼香
支部長	添田支部	末永 妙子
支部長	香春支部	村上美知子
理事	福智支部	中山 則子
理事	川崎支部	吉住 英子
顧問	糸田支部	植田芳滋子

花弁部会「京の花絵巻」視察

京都生花にて「京の花絵巻」が4月12〜13日に開催され、各市場、各花屋等関係者が集まる中、花卉部会員6名、JA職員1名が展示会に参加しました。

また、トルコギキョウや草花等の品種展示を行い、花屋及び仲卸に向けPR活動及び商談を行うと共に他産地の展示している花材を調査し、今後の花卉生産拡大のための情報収集も行いました。



カボチャ苗を植えました

4月20日(木)、金川小学校3年生47名の生徒がカボチャの苗植え体験を行いました。食環境の変化や土に触れる機会が少なくなってきた生

活の中、食農教育の一環としてカボチャの苗植え体験から、季節や旬を感じ、食や健康などの知識を得るだけでなく、五感を使った様々な体験で、たくさん



んの思い出をつくり、7月中旬の収穫を楽しみに生徒たちは精一杯作業に取り組んでいました。



直売所 春の大売出し

4月22日(土)、JAたがわ農産物直売所「来てみんなかながわ」で春の大売出しを開催しました。

1日限りの大売出しは、ポイント5倍や小松菜部会に

よる、小松菜の漬物試食宣伝販売を行い、当日は1,100人のお客様がご来店し、大盛況となりました。

次回の大売出しは8月に開催を予定しています。



来てみんな
かながわ

青壮年部と頑張って サツマイモ苗を植えました

食農教育活動を実施している、JAたがわ青壮年部(富士本稔部長以下27名)が5月10日(水)、金川小学校2年生と一緒にサツマイモ「紅はるか」の苗植え体験を行いました。

青壮年部を代表し、松尾英徳副部長より「みんなで一生

懸命植えないと、今年の秋にサツマイモの収穫ができません。また、怪我をしないよう楽しく最後まで一生懸命作業を行ってください。」と挨拶があり、子どもたちは広い畑で汗をかきながら、澄み切った青空の下で頑張りました。



熱中症 5月から9月まで「熱中症対策強化期間」です

気候変動の影響により、国内の熱中症死亡者数は増加傾向が続いており、熱中症による被害が更に拡大する恐れがある状況を踏まえ農作業安全確認運動の一環として、本年5～9月までを「熱中症対策強化期間」として取り組みます。

猛暑日が続く真夏だけでなく、暑さに慣れていない初夏における高温日や梅雨明けで暑さが本格化する時期に熱中症リスクが高まります。農作業中の熱中症による死亡事故は直近10年間で259名にも及びます。農業従事者の中には熱中症の具体的な症状がなく、「暑い環境での体調不良」は全て熱中症の可能性であるため、下記の体調不良症状があれば、すぐに作業を中断しましょう。

汗をかかず体が熱い

意識の障害がある

まっすぐ歩けない

手足が痺れ冷たい

めまいや吐き気がする

ズキンズキンと頭痛がする

おかしいな、と思う【気付き】が必要で
すぐに **休息! 冷却! 水分補給!**

農作業で心がけること

日中では気温の高い時間帯を外して作業を行う

- 頻繁に喉が渇く高温時の作業は極力避けましょう。
- 軽作業の場合は日陰や風通しのよい場所で作業しましょう。

作業前・作業中の水分補給、こまめな休憩をとる

- 喉が渇いていなくても20分おきに休憩し、毎回コップ1～2杯以上を目安に水分補給しましょう。
- 足がつったり、筋肉が痙攣するなどの症状がみられたら、0.1～0.2%程度の食塩水(1Lの水に1～2gの食塩)、スポーツ飲料や塩分補給用タブレットを摂取しましょう。

熱中症予防グッズを活用する

- 屋外では帽子、吸汗速乾性素材の衣服、屋内では送風機やスポットクーラーなどを活用しましょう。

単独作業を避ける

- 作業は2人以上で行うか、時間を決めて水分・塩分補給の声掛けを行うなど、定期的に異常がないか確認し合うようにしましょう。



応急処置

- ◎ 涼しい環境へ避難する
- ◎ 水をかけたり、扇いだりして体を冷やす
- ◎ 服をゆるめて風通しをよくする
- ◎ 水分・塩分を補給する

こんな症状があれば
すぐに救急車を呼ぶか
医療機関で診療を受けましょう!

- ・自力で水分が摂取できない
- ・呼びかけに答えられない
- ・意識がない
- ・応急処置を行っても症状が改善されない

農作業中の熱中症予防対策として「熱中症警戒アラート」を活用しましょう!

＼こまめな水分補給や休息も忘れずに!!／

直近の令和3年では、全国で23名の尊い命が農作業中の熱中症により失われました。熱中症による死亡事故の約85%が7～8月に発生している一方でビニールハウス内では3～6月にも発生し、近年、増加傾向にあります。

このことから、令和5年4月26日に環境省から地域内の暑さ指数(WBGT)※1が最高で33以上になると予測した場合に、環境省熱中症予防サイト等で情報を提供する「熱中症警戒アラート」が開始されましたので有効活用しましょう。



※1 暑さ指数(WBG)とは、気温、湿度、輻射熱(日差し等)からなる熱中症の危険性を示す指標です。

情報提供期間

- 令和5年は、4月26日(水) 17時から10月25日(水) 17時発表分まで
- 毎年4月第4水曜日頃から10月第4水曜日頃

MAFFアプリと熱中症警戒アラートの連携

MAFFアプリ注)では、登録された地域に熱中症警戒アラートが発表された場合、当日の朝に自動でアラートが通知される機能が付加されています

注)MAFFアプリは農林水産省が農林漁業者等のスマートフォンに、農林水産業に役立つ情報を直接お届けするアプリです。

MAFFアプリの設定

①MAFFアプリをダウンロード

↓ 農林水産省HP(MAFFアプリについて)

<https://www.maff.go.jp/j/kanbo/maff-app.html>

②push通知機能をONに設定

マイページのプロフィール設定で、

- 1) 都道府県と市区町村を設定
- 2) ページをスクロール
- 3) push通知をON
- 4) 更新



↓ QRリーダーで読み取り、アプリをダウンロード

Android



iOS



熱中症警戒アラートの通知



ロック画面のプッシュ通知



MAFFアプリのホーム画面の通知

6月号は

「田植時の注意点と 除草剤散布時への注意喚起」です。

田植時の注意点

- ① 栽植密度は坪50株(株間22cm)~60株(株間18cm)。これよりも疎植にすると風通しが良くなり、いもち病になりにくくなると思われがちですが、疎植することで①一株当たりの窒素吸収量が多くなる②過繁茂してしまい株内の風通しが悪くなるという理由から、いもち病の発生を助長します。また、夢つくしなどの極早生品種では茎数(穂数)を確保できず減収の要因にもなります。
- ② 秋ウンカ・いもち病対策として箱施薬剤は必ず散布しましょう。
- ③ 取り置き苗は、いもち病の発生源となるため植え継ぎが終わり次第早めに除去しましょう。
- ④ 代かき後の落水が早すぎると土の植え戻りが悪く、根が除草剤処理層に接触して生育不良となる場合がありますので注意しましょう。
- ⑤ 除草剤の1キロ粒剤と箱施薬剤は袋が類似しており、苗箱に誤って除草剤を散布すると枯れますので、よく確認してから使用しましょう。



除草剤散布時の注意喚起

除草剤を散布する時は、周囲への飛散に気を付けましょう!

畦畔や空き地などに除草剤を散布する場合、風により意図せず隣の圃場に飛散し作物を枯らす場合があります。大きな水路を超えて飛散した事例もありますので除草剤を使用する場合は十分注意して行いましょう。



- ① **朝か夕方の、風が弱い時に散布しましょう!**
できるだけ無風の日に散布を心がけ、昼間は上昇気流で粒子が舞い上がりやすくなるため、朝夕などの風が弱い時に散布しましょう。
- ② **飛散低減ノズルを使用しましょう!**
飛散低減ノズル(細かい霧状になりにくい)を使用すると空中への舞い上がりを防ぐことができます。また、散布の圧力が強すぎると思わぬ飛散の原因になりますので、適正圧力で散布しましょう。



生産者インタビュー

専業農業者

宮崎 みやざき

央二郎さん ようじろう (45)

【添田支所管内】

「学生の時から、親と一緒に田へ行き農作業を教わっていました。平成十二年の時に、組合より農耕用機械を操作できる次世代を探しているとの声がかかり現在、営農組合員として、作付や栽培管理に日々励んでいます」と話す央二郎さんは、専業農家として米70aを作付・管理をしています。営農組合では米10ha、麦14.7ha、大豆13.3haを作付けし、オペレーターとして農作業に携わっています。

「小学生の頃から土に触れる事や、農業機械など率先して整備していました。これは、今も変わらず農業に携わることが好きだからです」と話してくれました。

苦労すること

「近年の異常気象で暑さによる高温障害や、高齢化による若年層の担い手不足、また、イノシシやシカ等の獣害に加え、野ウサギが新芽を食べるため生育

時の品質が落ちることなどが深刻化しています。更に、この地域は毎年、水は豊富であるが大豆の発芽時期に大雨が降り、溝さらいなど相手が自然なだけに、管理は本当に苦労します」と苦労話もしてくれました。

□最後にひとこと□

「毎年ベストな状態で栽培管理を行っても生育状況の異なることが、逆に次の課題として専念でき、切磋琢磨して無事に収穫を終え収穫量が増えた年の実りを実感すること。また、JA麦大豆部会での研修や視察等に参加し、知識・技術向上できることが農業者として最高の瞬間です」と笑顔で話してくれました。

央二郎さん、専業農業者として、
また農事組合法人柵田落合
営農オペレーターとして
今後の地域農業発展のため
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。

盆提灯・返礼品展示会開催

桜調 枝垂れ桜セット

桜調御殿丸二重(枝垂れ桜) 対(2個)
 002 001 特三丸(税抜45,000円) 49,500円
 特五丸(税抜56,000円) 61,600円

桜調行灯二重(枝垂れ桜) 対(2個)
 006 005 11号(税抜48,000円) 52,800円
 12号(税抜52,000円) 57,200円

桜調住吉二重(枝垂れ桜) 対(2個)
 004 003 9番(税抜50,000円) 55,000円
 10番(税抜60,000円) 66,000円

009 特三丸+住吉9番+行灯11号セット 特別価格 146,300円 (税抜133,000円)
 007 住吉9番+行灯11号セット 特別価格 101,200円 (税抜92,000円)

010 特五丸+住吉10番+行灯12号セット 特別価格 170,500円 (税抜155,000円)
 008 住吉10番+行灯12号セット 特別価格 114,400円 (税抜104,000円)



※写真はイメージです

JAたがわでは、新盆のお迎えされるご準備として盆提灯をはじめ、返礼品の販売・ご予約を承っております。伊加利会館と福智会館の特設会場では新盆祭壇飾りの展示もごさいます。ご葬儀・ご法事に関するご相談も承りますので悩まずに気兼ねなくお越しください。また、お越しただけない方は、お電話でのご注文も承っておりますので是非お問い合わせください。皆様のご来場をスタッフ一同、心よりお待ちしております。詳しくは、最寄りの支所窓口、またはやすらぎ(42-9341)まで。

会場	開催日時	会場	開催日時
添田支所	5月29日(月)~6月2日(金)	後藤寺支所	6月15日(木)~16日(金)
大任支所	6月5日(月)~6日(火)	やすらぎ伊加利会館	4月24日(月)~8月6日(日)
赤支所	6月8日(木)~9日(金)	やすらぎ福智会館	6月10日(土)~6月18日(日)
香春支所	6月12日(月)~13日(火)		6月19日(月)~7月28日(金) 【この期間はこちら予約者様対応です】

- 各支所での開催時間は午前9時から午後3時まで。
- やすらぎ会館の開催時間は午前9時から午後5時まで。

JAたがわは洋服の青山と提携しています!!!

「ゼロプレッシャーズ」は、商品名の通り価格帯や着用シーン時にプレッシャーを感じさせない優れたコストパフォーマンスと扱いの手軽さで、高い動作性を実現した新感覚の着心地で早くも反響を呼んでいます。また、雨にも即対応できるウォッシュブルシリーズや、暑い夏を快適に過ごせる清涼シリーズなどが登場。また、ビジネス用スーツ・大学への進学・就職活動・冠婚葬祭の際にご利用ください。



洋服の青山へご来店の際には「JAたがわの組合員」とお申出いただき、本誌面をご持参の上、**運転免許証又は健康保険証を従業員の方へご提示ください。**入会金・年会費は無料で「JA×AOYAMA」カードが即日発行され、その日から割引対象となります。豊富な品揃えで、最後まで丁寧な接客対応であなたを心よりお待ちしております。

- 住所：田川市大字川宮177
- 電話：0947-42-8900
- 定休日：毎週木曜日(但し、定休日が祝日の場合は営業しています。)



JA組合員の皆様へ

ご来店の際は、本チラシを必ずご持参ください。
(モノクロ印刷または、本チラシのコピーでも可)

JA×AOYAMAタイアップカード
ご登録・ご提示で

店内全商品 **10% OFF**

みんなにできること。
青山にできること。

下取り

他社の製品もOK!

※お一人様1アイテムにつき5点まで下取りいたします。

PRESTIGE TECHNOLOGY

充実機能で抜群の着用品

ゼロプレッシャーポロシャツ

¥3,190の品
JA×AOYAMA タイアップカードで
¥2,871

着回し自在アイテム MEET ME

AOYAMA LADIES' COLLECTION

さらりと羽織ってUVケア。

トッパーカーデ

¥5,830の品
JA×AOYAMA タイアップカードで
¥5,247

軽く涼しい サマーフォーマル

通気性抜群

メンズ サマーフォーマル ¥32,890の品
JA×AOYAMA タイアップカードで ¥29,601~

レディース サマーフォーマル ¥21,890の品
JA×AOYAMA タイアップカードで ¥19,701~

入会金・年会費 **無料**

「JA×AOYAMAタイアップカード」
ご登録・ご利用の流れ

本チラシ及び本人確認書類をお持ちの上、お近くの「洋服の青山」へご来店ください

登録用紙に記入

カードを即日発行
その日から特典をご利用いただけます

※カード発行の際に、キャッシュカードをお預かりしたり暗証番号をお聞きすることは、一切ありません。※詳しくは店舗スタッフまで。※JA×AOYAMAタイアップカードはクレジットカードではありません。

Quality Order SHITATE

オーダースーツ
取り扱い中

メンズ・レディス
オーダースーツ
各¥31,900~の品
JA×AOYAMA タイアップカードで
各¥28,710~

詳しくはホームページにてご確認ください

3つのポイント全て貯まる!使える!

T-POINT dPOINT AOYAMAポイント

仕事服にお悩みの方必見!
ビジネスウェアガイドや
店舗検索はこちら

ご来店確認用バーコード

4029200043507

チラシ有効期間
本日より2023年9月30日(土)まで

※掲載商品はイメージです。※本チラシ掲載内容は、2023年4月時点の内容です。セール内容及び割引内容などが変更になる場合がございます。※オンラインストアを除く全国の洋服の青山でご利用いただけます。アウトレット店舗は対象外となります。※振上げ・ネーム・その他お直しにつきましては、別途補正料金を頂戴いたします。ご了承ください。※詳しくは店舗スタッフまで。

JAたがわ

大任支所:10101 / 川崎支所:10108 / 伊田支所:10102 / 後藤寺支所:10107 / 福智支所:10104
糸田支所:10106 / 添田支所:10096 / 香春支所:10098 / 赤支所:10095 / 本所:10094

【店舗スタッフへ:お客様に支店・地区を確認し、顧客登録(コード登録)をお願いします。】

あなたもチャレンジ! 家庭菜園

ニンジン 適期の種まきと灌水で発芽を万全に



園芸研究家●成松次郎

ニンジンの発芽適温は15~25度で、7~10日で発芽がそろいますが、35度以上では発芽しません。発芽直後の種は乾燥すると枯死し、過湿では酸素不足で発芽不良になります。その後の生育適温は20度前後の冷涼な気候です。

【品種】耐病性、耐暑性に優れる品種を選びましょう。五寸系では「向陽二号」(タキイ種苗)、「ベーターリッチ」(サカタのタネ)、「ひとみ五寸」(カネコ種苗)などがあります。ミニニンジンは極早生で柔らかく、生食向きです。

【畑の準備】種まきの2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを散布して、深さ30cm程度に耕しておきます。種まきの1週間前に、1平方m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと完熟堆肥2kgを施し、土とよく混ぜておきます。70~80cm程度の畝幅に、条間20cm、深さ1、2cm程度のまき溝を2条作ります(図1)。

【種まき】畑が乾いているときは、まき溝に灌水(かんすい)をしておきます。溝に種を1、2cm間隔に条まきし、裸種子は5mmの厚さ、ペレット種子の場合は1cmの厚さを基準に覆土します。軽い火山灰土では手でしっかり土を押さえ付けておきましょう。さらに、もみ殻をかぶせて乾燥を防ぐ、黒寒冷しゃの被覆で地温を下げるなどの対策を行います。

【灌水】種まき前に土にしっかり水を含ませること、発芽後も土を乾かさないことが大切です。なお、黒寒冷しゃなどの日射を遮る資材でべたがけしたときは、発芽後すぐに取り除きます。

【間引きと追肥、土寄せ】1回目の間引きは本葉2、3枚のときに密生部や生育の遅れている株、逆に極端に進んでいる株を間引きます(図2-1)。2回目は本葉5、6枚のときに行い、株間を6~10cmにします。間引く株の根元を手で押さえ引き抜きます(図2-2)。最後の間引き後に1平方m当たり化成肥料50gを追肥し、株元に土寄せして株をしっかり固定させましょう。収穫期近くには、根の肩の部分にさらに土寄せし、根が緑に着色するのを防ぎます(図3)。

【病害虫の防除】葉はキアゲハの大好物なので、見つけ次第、手で取り除きます。ネコブセンチュウに弱いので連作を避け、前作に被害があるときは作付けを控えましょう。

【収穫】根径5cm程度に肥大した株から順次抜き取ります。年内は肥大が続くので、太り過ぎて裂根しないうちに収穫をします(図4)。8月まきでは、さらに土寄せして越冬させ、葉が枯れた後でも適宜掘り上げて収穫できます。

図1 畑の準備

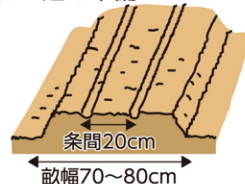


図2-1 間引き①



図2-2 間引き②

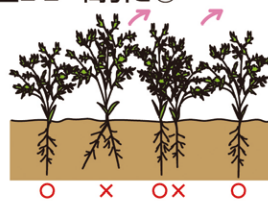
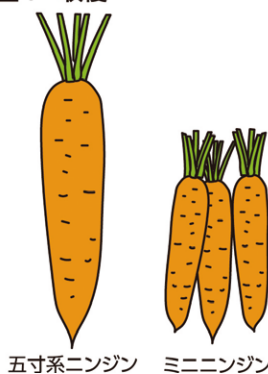


図3 土寄せ



図4 収穫



【家の光】を購読しよう

月刊誌『家の光』は、協同の心を育む家庭雑誌として1925年(大正14年)5月に全国農業協同組合中央会の前身である産業組合中央会から発刊されました。「食と農」「暮らし」「協同」「家族」をテーマに、農家・農村だからこそできる魅力的な暮らしを提案する記事づくりに力を入れています。このほかに、農業・地域・JA組織のリーダーのための様々な分野において論文や評論を掲載など『意見を述べる』といった奥深く強い誌【地上】や、食農教育をすすめる子ども雑誌【ちやぐりん】など発刊しています。歴史ある『家の光』は2025年に創刊100周年を迎えます!この機会に是非購読しましょう。



購読のお申込みは、お近くの支所へお願い致します。

◎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

◎ちやぐりん購読料(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

上記金額は全て税込み金額となります。

農繁期の農家応援企画です!

農作業用軽油 1ℓ当り店頭価格より 2円引!
令和5年6月17日(土)まで

※ご注文は軽油及び免税軽油、(農作業用)数量は100ℓ以上の配達の対象です。

ご注文・お問合せは 添田SS 82-0068 採銅所SS 32-4684 金川SS 46-1275 配送センター 44-3609

受付時間

平日8時30分から17時00分まで
 ※詳しくは最寄りのSS又は配送センター迄



JA ss JAたがわ農機燃料課TEL44-5651

理事会報告

令和5年4月26日(水)

【報告事項】

- (一) 令和4年度決算状況報告
 - (二) 事務ミス等発生状況の月例報告
 - (三) 反社会的勢力対応に関する定期報告
 - (四) 苦情・相談等対応状況定期報告
 - (五) 自主検査結果報告
 - (六) 内部統制基本方針運用状況報告
 - (七) 令和4年度コンプライアンス・プログラム実施結果報告
 - (八) 組合員加入脱退報告
 - (九) 利益相反取引実行報告
 - (十) 地方公共団体等貸付金実行報告
 - (十一) カントリーエレベーター麦運営委員会報告
 - (十二) 令和4年度 業務活動報告書について
 - (十三) 感謝状贈呈者(優良組合員表彰)
 - (十四) 労組要求の回答について
 - (十五) 人事異動について
- 【付議事項】
- (一) 令和4年度通常総代会開催について
 - (二) 定款及び定款附属書総代選挙規程の一部変更について

山椒の
葉と実が競ふ
香りかな

太田 輝久

紫陽花や
見る人魅せて
和ませて

原田 祥二郎

今月の一句

* けんこうひゃっか *

健康百科

おいしく食べて美しく 梅雨太り対策

栄養士
吉田 理江

ジメジメした湿度の高い日が続く梅雨の時期に、突然体重が増えることはありませんか？梅雨の時期に体重が増えることを「梅雨太り」といいます。原因は、気圧や湿度の関係で体内に水分がたまりやすくなり、むくむからです。今回は、体内にたまった余分な水分を排出させ、梅雨太りを解消する三つの方法をご紹介します。

野菜、果物などに含まれるカリウムには、体内の余分な塩分を排出させる働きがあるため、むくみ解消効果が期待できます。旬の食材のジャガイモ、キュウリには、カリウムが豊富に含まれているため、食事に取り入れると良いでしょう。汁物にジャガイモを入れたり、サラダにキュウリを入れたりすると手軽にカリウムが取れます。

【1】カリウムを取る
野菜、果物などに含まれるカリウムには、体内の余分な塩分を排出させる働きがあるため、むくみ解消効果が期待できます。旬の食材のジャガイモ、キュウリには、カリウムが豊富に含まれているため、食事に取り入れると良いでしょう。汁物にジャガイモを入れたり、サラダにキュウリを入れたりすると手軽にカリウムが取れます。

【2】減塩する
塩分を取り過ぎないことも大切です。汁物を作るとき、野菜などの具を多くして汁を減らすことで、塩分を抑えられます。また、煮物、汁物を作るときは、かつお節、干しシイタケのだしを利かせると塩分を減らしても物足りなさを感じません。食分全てを減塩にするのではなく、一品はしっかりと味を付け、他の料理を減塩にすると満足感が得られて続けられるでしょう。



【3】冷え症対策
体が冷えると血流が悪くなりむくみを引き起こします。冷え症対策には、体を温めるとして知られるシヨウガオールがお薦めですが、生で取るより加熱すると良いです。シヨウガの辛味成分の一つであるジンゲロールには、血管を拡張させて血行を良くする働きがあります。加熱するとシヨウガオールに変化し、体の熱を作り出す働きをするため、炒め物や汁物にシヨウガを入れると良いです。また、冷たい飲み物は水を抜く、献立に温かい汁物を加えるなどの工夫で体が冷えにくくなります。

しっかりと対策をして、梅雨太りを乗り切りましょう。

栄養士ダイエツトコーチ
吉田 理江（よしだりえ）
飲食店勤務後、料理研究家のアシスタントを経て独立栄養指導、健康・ダイエットレシピの作成やコラム執筆、セミナー講師など幅広く活動中。薬膳アドバイザーやアンチエイジング料理プランナーなどの資格も多数取得。

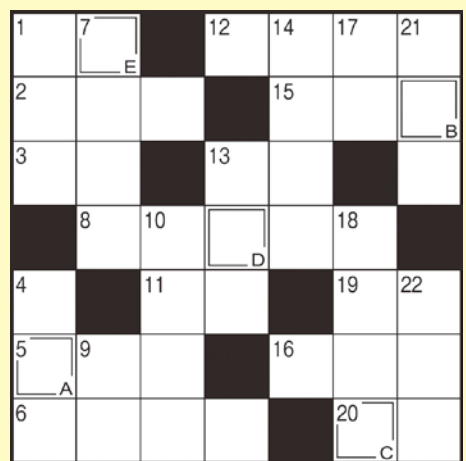
のんき家族



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

- ① 1年で一番昼が長い日
- ② 徳川家康が晩年を過ごした——城
- ③ 不動産会社が売買するものの1つ
- ④ 『落穂拾い』や『晩鐘』を描いた画家
- ⑤ 奈良や鎌倉のものが有名
- ⑥ テッセンとも呼ばれるキンポウゲ科の花
- ⑦ 相撲取りが踏みます
- ⑧ 抑揚のないせりふ回しは
- ⑨ トウモロコシやゴーヤーが多く出回る季節
- ⑩ 弁当箱にご飯と一緒に詰めます
- ⑪ ——コート、——ブーツ
- ⑫ 円周率を表す文字
- ⑬ ネタとシャリで作ります



5月号の答え ▼ アマリリス

- タテのカギ
- ① 招く側がホストなら、招かれる側は
 - ② タマネギを切ると出る汁も
 - ③ 建てたばかりの建物のこと
 - ④ 数字のゼロを日本語でいうと
 - ⑤ サーフ——トス
 - ⑥ アタック
 - ⑦ 「海風」と書く生き物
 - ⑧ 置き時計はクロック、腕時計は
 - ⑨ 仕事や用事がない空き時間のこと
 - ⑩ コシヨウ、ナツメク、シナモンなど
 - ⑪ プールの授業のときに着ます
 - ⑫ 領収書に収入——を貼った

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。

〒825-8588
田川伊豆5500
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、粗品発送にてさせていただきます。

★締切日
6月15日(木)

なくそう食品ロス

家庭で食品ロスを減らすコツ

食品ロス問題ジャーナリスト
井出 留美

2020年の春、コロナ禍の初期の頃、英国やアイルランド、イタリア、オーストラリアなどで家庭の食品ロスが減るといふ調査結果が得られました。買い物がいづらくなり、買い物前に家の食品在庫をしっかり確認し、買い物リストを作るようになったためです。イタ

リリアではスーパーに入店できる人数に制限がかり、まだ寒い3月、間隔を空けて店舗の外で行列に並ぶ必要がありました。入店後は手袋をはめて買い物しなければなりません。日本でも、「買い物は3日に1回にしましょう」「できるだけ1人で行きましょう」と某知事が呼びかける場面がありました。60代の女性会社員は新聞の投書で「買い物前に家の在庫を確認して買い物リストを作り、野菜を使い切るようにしたら食費が30%も安くなった」と書いていました。

皆さんも買い物前の「工夫で、家庭の食品ロス削減に取り組んでみてくださいね。」

6月は環境月間。食品ロスを減らすことは、家庭で今日からすぐできる、環境に関する取り組みの一つです。では、私たちは何から始めたらいいのでしょうか？

家庭の食品ロス削減は買い物前が勝負！です。米国のミネソタ大学で、おなががすいているときと、そうでないときとで、買い物金額を比べる実験をしました。空腹時では、そうでないときに比べると、最大で64%も買い物金額が増え、1000円という結果が出ました。1640円になってしま



これを防ぐためには、食事を済ませてから買い物に行くことが大切です。仕事帰りなどで難しいようでしたら、あめをなめてから行く、何か飲んでから行くなどすると良いのではないのでしょうか。

食品ロス問題ジャーナリスト
井出 留美(いであみ)

株式会社 Office 3.11
代表取締役。博士(栄養学)/女子栄養大学大学院修士(農学)/東京大学大学院農学生命科学研究科)。「食へのこだわり」『SDGs時代の食へ方』『捨てないパン屋の挑戦』など著書多数。

新登場!

害虫・病害・雑草
稲の異変!?
写真を撮るだけ

スマートフォン用アプリ
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

診断履歴

お気に入り

設定

日本農業株式会社

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





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

新ジャガイモとホタルイカのサラダ

材料(2人分)

- ・ボイルホタルイカ……………8杯
- ・ニンニク……………1片
- ・新ジャガイモ……………1個
- ・オリーブ油……………大さじ1
- ・ブロッコリーのナバナ……………適宜
- ・塩……………適宜
- (他のナバナでも可)……………6本

A/マヨネーズ大さじ2、レモン小さじ1、マスタード小さじ1/2

【作り方】

- ①ホタルイカは目とくちばしを取り除きサッとゆでてざるにあげ、ナバナもサッと塩ゆでする。新ジャガイモは5mm角の拍子木切りにして水にさらす。Aは混ぜ合わせてソースにする。
- ②フライパンにオリーブ油を入れ、弱火でつぶしたニンニクの香りを入れ(2~3分ほど)、水気を拭いた新ジャガイモを入れ中火で炒め、火が通ったらホタルイカ、ナバナを入れ塩で味付けしサッと炒める。
- ③器に彩り良く盛り付け、Aのソースを流し出来上がり。



レシピ2

新タマネギと新ジャガイモのかき揚げ

材料(2人分)

- ・新タマネギ……………中1個
- ・水溶き天ぷら粉……………100ml
- ・新ジャガイモ……………2個
- ・サラダ油……………適宜
- ・ソラメ……………8粒
- ・塩……………少々
- ・薄力粉……………適宜

【作り方】

- ①新タマネギは繊維に沿って5mm幅にスライスする。新ジャガイモは極細に千切りし水にさらす。ソラメはざやから取り出し皮をむく。
- ②ボウルに新タマネギ、水気を切った新ジャガイモ、ソラメを入れ、薄力粉をまぶし混ぜ合わせ、水溶き天ぷら粉を入れざっくりと混ぜる。
- ③18cmのフライパンに1cmほどのサラダ油を入れ180度に熱し、②のかき揚げの材料を入れ2~3分ほど揚げ裏返して、さらに2~3分ほど揚げる。
- ④③を2等分に切り器に盛り付け、塩を振って出来上がり。

今月のあなたの運勢

2023年 6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】 コミュニケーション運が活発化。人との交流にツキがあります。新しい習い事を始めるのもお勧め。金運も良好</p> <p>【健康運】 体力アップの好機。ハードなトレーニングもOK</p> <p>【幸運の食べ物】 オクラ</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 スケジュールは詰め込み過ぎず余裕を持って。会話を楽しむゆとりがよい流れを運んでくれます。外出にツキ</p> <p>【健康運】 慌ててけがなどしないように。安全第一で</p> <p>【幸運の食べ物】 ミョウガタケ</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 好情報をキャッチでき状況は好転へ。好奇心のアンテナを高く掲げておきましょう。習い事にもツキがあります</p> <p>【健康運】 運動は仲間と一緒に。楽しみながら長続きできます</p> <p>【幸運の食べ物】 ソラメ</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 追い風に恵まれます。時間をかけて準備をすれば成功率はさらにアップ。ニュースは小まめにチェックしましょう</p> <p>【健康運】 つい食べ過ぎてしまいがち。食事はバランス良く</p> <p>【幸運の食べ物】 シソ</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 少し融通を利かせると驚くほどスムーズに物事が進展。周囲の話に耳を傾けて。同じ目的なら協力するのが大正解</p> <p>【健康運】 歯科検診など口腔(こうくう)ケアに力を入れて</p> <p>【幸運の食べ物】 サクランボ</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 なんとなく過ごしているとトラブルに巻き込まれる恐れが。予定はしっかりと確認、詐欺対策などの情報もチェック</p> <p>【健康運】 リラックスタイムを確保。足のつぼ押しも◎</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】 遊びに行きましょう。季節の恵みを感じられるプランがお勧め。いつもより遠出を。新作や限定メニューにツキ</p> <p>【健康運】 血行を良くする運動でむくみや肩凝りを予防</p> <p>【幸運の食べ物】 葉シヨウガ</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 やり残しがないか確認しましょう。丁寧な連絡でミスを回避。1人で無理せず協力者を探す姿勢も大事です</p> <p>【健康運】 カルシウムをしっかり取って骨の強化を</p> <p>【幸運の食べ物】 メロン</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 運勢には活気があります。あなたが頑張ればなんとかなる頼まれ事は引き受けてあげて。今後の礎になるはず</p> <p>【健康運】 外出の機会を増やして。体を動かすほど元気に</p> <p>【幸運の食べ物】 アナゴ</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 良好ですがベースダウンの時期なので予定を詰め込み過ぎないように。ゆとりある行動を心がけると好結果に</p> <p>【健康運】 古傷、病後のケアはしっかり。温泉にツキ</p> <p>【幸運の食べ物】 シロウリ</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 ハプニングの予感。忙しくなりそうですが大きな成果が期待できます。ピンチはチャンスなので冷静に対応を</p> <p>【健康運】 うっかりのけがに注意。安全確認は丁寧に</p> <p>【幸運の食べ物】 トウモロコシ</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 計画通りに進めようと躍起になるのは逆効果。少しずつ微調整しながら進めましょう。下旬にはうまく整います</p> <p>【健康運】 薬膳など健康にいいメニューを取り入れて</p> <p>【幸運の食べ物】 ラッキョウ</p>

