

・人 たがわ

グリーンハート

— 発らぶ TAGAWA —
2024年
2月



2月号14p俳句の件

仕事始めの年頭挨拶

1月4日(木)本所3階大会議室で田中組合長より年頭の挨拶がありました。

「能登半島地震で甚大な被害が発生し、現地の組合員や地域の皆様、JAは正月どころでない現況だったとお悔やみ申し上げます。また、羽田空港での航空機接触事故では400人近い乗客乗員を一人の犠牲者もなく回避したことは、日頃の訓練が発揮された事を教訓に、当JAでも日頃から安全意識の向上が重要であると感じました。

今年、食料・農業・農村基本法見直しの年であり、安心して持続可能な農業の確立に向け、農政へ要請しています。JAたがわでは各地域に寄り添い、農業者が豊かな暮らしになるよう農家経営を支える事が我々の使命であり、取組むべきこと、実現するための行動を職員一人ひとりが、あらゆる知識を持ち、組合員や地域の皆様にJAたがわを利用し



て良かったと喜ばれるよう精進されたい。」と組合長の言葉に役職員一同は身を引き締め耳を傾けました。

農機具初荷式

1月11日(木)本所農機センターで、農機具メーカーやJA全農ふくれん、JA役職員が出席して2024年農機具初荷式を行いました。

初荷式では、「資材高騰や物価高の中、大変高価な農機具をご購入いただいた組合員に対し、感謝の気持ちを持って無事にお届けしてください。また、安全な農作業に心掛けるよう伝えてほしい。」と田中組合長より挨拶がありました。

ご購入いただいたトラクター・田植え機などが心待ちにしている組合員のもとへ無事に届けられました。

◎農機具のご購入、修理、整備等がありましたら左記の農機燃料課までご遠慮なくお問い合わせ下さい。

連絡先

44-33035 または 44-33072



農産物直売所で 年末大売出しを開催



12月28日(木)から3日間、農産物直売所「来てみんな・かながわ」で年末大売出しを開催しました。

直売所店舗内では、新鮮な地元産農産物をはじめ、金川牛や鮮魚など、豊富な正月商材が並びました。また、園芸資材館では門松・しめ縄・生花・枝物など正月のお飾り商材が販売され、28日には青壮年部が餅つきに奮闘し、正月に向けての気運も高まりました。3日間で3,600人を超えるお客様に来店していただき大盛況となり、1,200万円に迫る売り上げとなりました。

この結果は生産者、ご来場された方のご協力とご支援によるところと厚く御礼申し上げます。

次回の大売出しは4月に予定しており、今年も色々な催しを計画しております。日頃から新鮮な野菜などお買い求めの際には農産物直売所「来てみんな・かながわ」へお越しください。皆様のご来店をスタッフ一同心よりお待ちしております。



▲直売所店舗内は大盛況



▲正月用のきれいな飾り花



▲たがわ青壮年部が餅つきを奮闘!!

二十歳お祝い

1月15日(月)、今年二十歳を迎えた職員1名に田中組合長からお祝いの言葉と記念品が贈呈されました。

組合長から「大人の仲間入りおめでとうございませす。仕事をする上で、しっかりと自覚と責任を持って何事にも取組み、より多くの組

合員に顔を覚えてもらい、信頼される職員として頑張つて頂きたい」と激励の言葉を受け、玉利大地さんは「JAたがわ職員として、今後も農家の方々に寄り添い、仕事を頑張つていきます。」と決意を述べました。



祝二十歳

玉利 大地さん(資材課)

女性部 正月用寄せ植え・生け花講習会

各支部で正月用寄せ植え・生け花講習会を開催しました。作品を美しく完成させるには細心の注意が必要となるため、講師のアドバイスを受けながら、色とりどりの花や枝物を組み合わせ、そ

れぞれが自由な空間を彩り、鮮やかな作品が生まれていきます。講習会では、和気あいあいとした雰囲気の中、思い思いの気持ちを込め自宅に飾る鉢植えや生け花を完成させました。

正月用寄せ植え講習会

- ① 12月15日(金)・・・糸田支部(長谷川支部長)
- ② 12月19日(火)・・・福智支部(谷支部長)

正月用生け花講習会

- 12月25日(月)・・・川崎支部(田所支部長)
- 12月27日(水)・・・猪位金支部(粉井支部長)



【糸田支部】
12月15日
寄せ植え

【福智支部】
12月19日
寄せ植え



【川崎支部】
12月25日
生け花

【猪位金支部】
12月27日
生け花



JAたがわ女性部では「仲間づくり・健康づくり・生きがいくくり」の様々な活動を行っています。

たくさんの女性仲間と一緒に楽しい時間をつくりませんか？
興味のある方は営農企画課までお問い合わせください。

TEL 0947-44-3380

軽油免税証申請手続きのお知らせ

農業を営む人が農業用として使用するトラクター・コンバイン等の動力源として使用する軽油につきましては、本人の申請により軽油引取税32.1円/ℓを免税できることになって
います。

JAたがわでは、軽油免税に係る申請書類提出の代行制度を行っていますので、該当者につきましては必要書類を準備のうえ、お近くの支所、または各給油所へ申し出下さい。

代行制度を利用すると以下の点で皆様の便宜が図れます。

- 免税経路に関する諸手続きについて、JAが代行するので各自で県税事務所まで行く必要がなくなります。(必要書類はJAまで提出していただく必要があります。)
- 免税証の保管及び管理をJAが行いますので、各自での管理が必要なくなります。
- 免税軽油の購入に関する報告についてJAが行いますので、納品書等を県税事務所に提出する必要がなくなります。



※代行制度を利用されても、これまで通りの免税証が交付されます。
※申請が通れば、令和6年3月からの免税証が交付されます。

1. 軽油免税証申請の必要書類(農業用)

必要書類	新規	更新	備考
①耕作証明書	○	○	市町村役場で発行してもらえます。
②機械の販売証明書	○	△	△機械に変更がある場合は必要です。 ※免税証が1,000ℓ以上の場合も必要。
③機械の全景写真	○	△	
④認印	○	○	共同申請の場合も個人ごとに必要です。
⑤誓約書(2種類)	○		
⑥免税軽油使用者証		○	
⑦免税軽油の納品書又は請求書		○	
⑧免税証返戻届		○	余った免税証を添付して下さい。

※ 提出期限は令和6年2月20日(火)必着です。

代行制度を利用される方は、上記の必要書類等を期日までに支所・給油所まで持参してください。(※持参の期限を厳守してください。)

2. 軽油免税配送給油所

配送地区	配送給油所	電話番号
大任・川崎・伊田・後藤寺・猪位金	農機燃料課 配送センター	44-3609
金川・福智・糸田	金川給油所	46-1275
添田・安真木	添田給油所	82-0068
香春・赤村	採銅所給油所	32-4684



今年も田植前の事前準備として、田植機整備会(庭先事前点検)を行います。田植作業を円滑に行う為の大事な準備ですので、ご希望の方はこの機会に是非お申込み下さい!

庭先事前点検 整備会日程

期間:令和6年2月1日(木)から4月26日(金)

庭先事前点検 整備料金:税込

- | | | | |
|------|----------|----------|---------|
| ○4条植 | 6,600円 | ※施肥機付は別途 | 3,500円~ |
| ○5条植 | 8,800円 | ※施肥機付は別途 | 4,500円~ |
| ○6条植 | 12,100円 | ※施肥機付は別途 | 5,500円~ |
| ○歩行植 | 一律4,400円 | | |



田植機整備会のご案内

田植機点検項目

- 植付爪 ○ワイヤー関係 ○走行関係
- 植付部関係 ○Vベルト関係
- エンジン関係 ○オイル関係 ○電気関係

別途料金

- 田植機引上げ、また
- オイル・部品等の交換については、別途料金がかかります。

※点検整備の申込はJAたがわ農機燃料課、またはお近くの支所までご連絡下さい。

TEL/44-3035・FAX/44-1170

JAたがわでは、2月1日(木)から3月31日(日)まで牛フン堆肥キャンペーンを実施します。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3,300円(税込)にて配送いたします。

また、牛フン堆肥袋(標準重量15kg)も1袋330円で各グリーンセンター、金川直売所横の園芸資材館で販売いたします。

牛フンバラ堆肥(バケツ1すくい軽トラ約1台分1,650円税込)の直取りと2tバラ配送の対応については下記のようになっています。

ご予約、お問い合わせ等ございましたら、各支所までご連絡ください。

配送、引取日

月曜日~金曜日(祝日を除く)

引取対応時間

8時30分~9時00分

※堆肥配送の予定が入っている場合があるため、引取につきましては前日までにご連絡をお願い致します。

連絡先

45-0680(堆肥センター)・22-4622(資材課)
または各支所へご連絡ください。

※製品製造および1日の配送には限りがあり、

ご希望日に配送できない場合もございますのでご了承ください。



牛フン堆肥キャンペーンのお知らせ

農機燃料課よりお知らせ

トラクターの爪を定価10%値引き キャンペーンを行っています

キャンペーン期間

令和6年3月19日(火)まで

なた爪の価格は本機型式および
ロータリー型式の種類により
価格が異なります



活力ある土づくりのためシーズン前の
特別価格となりますので、
ご予約賜りますようお願い申し上げます。

活力ある土づくりのために...



耕うん爪 予約キャンペーン!

<p>だんだん爪</p> <p>●中広強化タイプ シャープな切れ味は圃場や 条件を選ばずグーンと長持ち</p> <p>※トラクタ用のみ ※日立(日本の本)用なし</p>	<p>青い爪</p> <p>●高性能タイプ [リニューアル] 優れた反転性と耐久性による 品質な土づくりが可能。摩耗 しても優れた反転性を維持</p> <p>反転性抜群</p>	<p>SP爪</p> <p>●摩耗に剛い耐久爪 特殊合金を溶着し、抜群の 耐久性を誇る強化爪</p> <p>※トラクタ用のみ</p> <p>↑ 溶着の合金層部分はイメージ</p>	<p>SPN爪</p> <p>●高反転と高耐久を両立 進化した青い爪に硬質合金を 溶着した高性能耐久爪</p> <p>※トラクタ用のみ ※特殊ロータリー用なし</p> <p>↑ 溶着の合金層部分はイメージ</p>
---	---	--	---

桜爪

●高性能維持タイプ
爪がある程度摩耗しても高い
反転性を維持する全く新しい
発想の耕うん爪

※トラクタ用のみ
※日立(日本の本)用なし

注文の際は下記型式をお調べ下さい。



大型土爪

●フランジタイプ
だんだん爪はどんな圃場での
作業もOK。グーンと長持ち

詳しくは各支所、または農機燃料課までお問い合わせください。

【連絡先】農機燃料課/44-3035・44-3072

2月は

「令和6年産稲作ごよみ及び冬季のR6年産に向けた水稻栽培について」です。

令和6年産良質米稲作ごよみの
主な変更点についてお知らせします。



1. 良質米稲作ごよみについて

○新規箱施薬剤の導入

「Drオリゼリディア箱粒剤」

いもち病は、感染すると稲の枯死や減収を引き起こすため、注意が必要な病害です。そこで今年は、「防人箱粒剤」「ブイゲットハコレンジャーL粒剤」に加え、いもち病に効果が高い「Drオリゼリディア箱粒剤」を新規採用しました。

○基肥(緩効性肥料)の変更

「Jコート2000」

昨年まで使用していた「エムコート」は、「Jコート2000」に変更となりました。

環境保全の観点から、被覆崩壊性がより優れた「Jコート2000」に全面切り替えとなっています。

使用量等については、良質米稲作ごよみで確認してください。

2. 冬季の水田耕起について

多年生雑草のクログワイやオモダカなどの塊茎を土壌表面に露出させることにより、その後の低温や乾燥で塊茎を枯死させる効果が期待できます。

またジャンボタニシ(スクミリンゴガイ)対策として、厳寒期(1月下旬~2月上旬)に浅く耕起すると、トラクター爪による貝の破碎と、生存率の高い土中潜入貝の寒ざらしによる殺貝効果が期待できます。

3. R6年産に向け注意すべき病害虫について

●イネカメムシ

昨年は、7月頃からイネカメムシの発生が確認されました。イネカメムシは、従来のカメムシでは加害しない穂首を吸汁する場合があります。多発すると収穫時になっても穂が直立したままとなって大きく減収します。カメムシ類の防除適期は穂揃期ですが、イネカメムシは出穂期に防除する必要があります。出穂期前から圃場を巡回し、特に昨年発生が多かった地区では注意しましょう。また、発生している場合は出穂期防除を徹底しましょう。

●紋枯病

近年、夏季の高温が常態化してきており、高温年に発生が多くなる紋枯病の被害が目立ってきています。紋枯病は茎や葉、ひどい場合は穂を侵し、茎の水分上昇を妨げ倒伏しやすくなるとともに減収します。古い病斑に形成された赤褐色の菌核(カビの塊)は非常に落ちやすく、土壌中で越冬し、翌年の田植え前の代かきで水面に浮上し伝染源となります。昨年発生した圃場は今年も発生する可能性が高いので、箱施薬剤や出穂期前に散布剤で防除しましょう。



生産者インタビュー

専門農業者

ながすえ
永末

あきら
明さん(66)

【福智支所管内】

「兼業農家として会社勤めしながら農業に携わっていました。親の高齢に伴い、45歳から専業農家となり水稲を4ha作付けしていました」と話す明さんは、50歳の節目で認定農業者となり現在、水稲8ha、小麦6.5ha、大豆4ha、飼料米2.6haを作付けしています。

「中山間地域の田は、周囲に木々が生い茂り、日当たりが悪くなるので伐採作業を行いながら管理しなくてはならず、また畦畔の草刈りや獣害対策として柵で囲うなど本当に苦労するし、管理を徹底しても、農業は天候など環境に左右されることも大変です」と苦労話をしてくれました。

「農業をやって良かったことを尋ねると――

「自分が健康であれば農業には定年がなく、何時までも現役でいられることや、農繁期はあるけども段取次第で

休みが取れること。また、圃場へ出向き水管理や生育状況などの適期判断を行い、昨年より良い農作物が収穫できた時は農業をやって良かったと思う」と話してくれました。

「最後にひとこと尋ねると――

「認定農業者として現状維持ではなく規模拡大し、農業所得を増やし、後継者へ繋ぐ事を目標にしています。私が70歳ぐらいになった時に、耕作面積の半分程を子供たちに引き継がせる為、ノウハウを指導しながら一緒に作業をしている時間や、18人いる孫の成長が1番の楽しみです。」と笑顔で話してくれました。

明さん、認定農業者として
今後の地域農業の発展のため
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。

あなたもチャレンジ! 家庭菜園



春まきキャベツ 育苗管理が肝心

園芸研究家●成松次郎

キャベツなどのアブラナ科野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できないことがあります。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。

【品種】 とう立ちしにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

柔らかくジューシーな春系の「春波」(タキイ種苗)、「中早生二号」(サカタのタネ)などがおすすめです。

【苗作り】 発芽温度は、おおむね5~35度で、適温は20~25度です。その後の温度は、日中15~20度、夜間5~10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温しますが、日中は25度以上に上がらないように換気をします(図1)。7.5~9cmポリポットに3、4粒まきし、本葉2枚で1本とし、本葉5、6枚の大苗に仕上げます(図2)。

【畑の準備】 畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します。畝幅70~80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜて畝を立てます(図3)。

【植え付け】 時期はソメイヨシノが開花する頃(気温10度以上)に、株間40cmに植え付けます(図4)。

【追肥】 結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

【病害虫の防除】 気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

【収穫】 球が固く締まる前に早めに収穫します(図5)。

図1 加温育苗

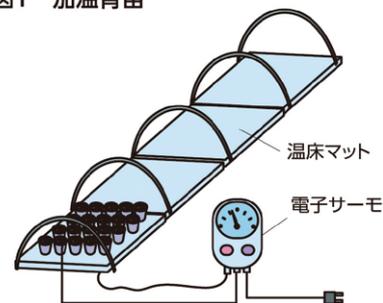


図2 苗作り

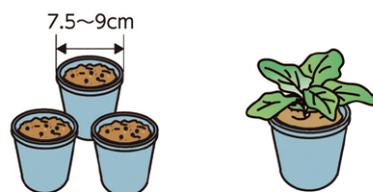


図3 畑の準備

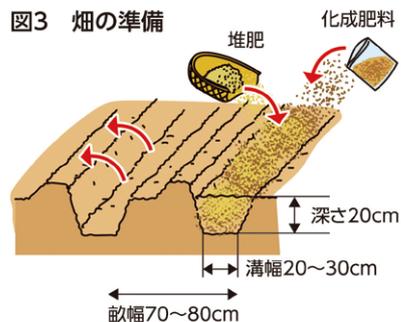


図4 植え付け



図5 収穫



栽培カレンダー (春まきキャベツ)

	1	2	3	4	5	6	7
冷涼地		●	▲	▲	▲	■	
中間地	●	●	▲	▲	▲	■	
暖地	●	●	▲	▲	▲	■	

●種まき 苗作り ▲ 植え付け —— 生育 ■ 収穫

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

ルールを守って県育成品種を育てましょう



イチゴ「福岡S6号」(あまおう)



柿「福岡K1号」(秋田)



アジサイ「筑紫の風」



水稻「元気つくし」



梨「玉水」

【育成者権とは】

新しい品種を開発(育成)した人は、種苗法に基づきその品種を国に登録することができ、一定期間権利を独占できます。

この権利を**育成者権**、登録された品種を**登録品種**と言います。

【福岡県が育成した登録品種を利用する場合は、次のルールを守ってください】

- ✓ 種や苗の購入時に**利用条件**を確認してください
- ✓ 種や苗はJAなど**正規の販売元**で購入してください
- ✓ 購入した種や苗は無断で**第三者への譲渡や輸出**をしないでください
- ✓ 増やした種や苗は**第三者に譲渡**しないでください

※以上を遵守しない場合、育成者権侵害で罰せられることがあります。

※利用条件を遵守する生産者に限り、自己の経営内でのみ種や苗を増やすことが認められています。

【無断栽培にならないために、種苗は正規ルートから購入を】

- 福岡県の登録品種は、県と**契約をした農業関係団体や種苗業者**だけが種や苗を作ったり売ったりすることができます。
- 種や苗を正規の販売元以外から買ったりもらったりして栽培すると、**無断栽培**になるおそれがあります。

【問い合わせ先】

福岡県農林産物知的財産権センター
(福岡県農林業総合試験場企画部知的財産活用課内)
TEL: 092-924-2986



JAの教育ローン



可能性を広げる!



©JAバンク

適用期間

令和5年4月3日(月) ~ 令和6年3月29日(金)

基準金利

年 **1.8** %

保証料別

固定金利

さらに
金利
引き下げ

JAカードローン契約者（新規でお申込みいただける方を含みます）
JAカード（新規でお申込みいただける方を含みます）どちらかに該当される方 基準金利より▲0.2%

適用金利

年 **1.6** %

保証料別

固定金利

※上記金利は保証料は含んでおりません。お借入れ時には別途保証料がかかります。



教育ローンのことなら!



JAのインターネットローン

JAバンクで
よかうも!
教育資金のことなら

JAとお取り引きのない方でもお気軽にご相談ください。
お子様の入学金・授業料など、幅広くご利用いただけます

詳しくはJA窓口まで
おたずねください。

購読のお申込みの、
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

上記金額は全て税込み金額となります。

珍野菜



●生産者
秋野 隆 様
●住所/福智町弁城
丹精込めて作った大根が
こんなに大きくなって
走り出しそう!!



●生産者
犬丸 信子 様
●住所/福智町神崎
まるで巨人の
足のような大根!!

理事会報告

令和5年12月25日(月)

【報告事項】

- (一) 令和5年11月末実績報告
- (二) 事務ミス等発生状況報告
- (三) 組合員加入脱退報告
- (四) 令和4年度 JA共済コンプライアンス
点検結果報告
- (五) 株式会社おおとうニンニク食品
仮決算報告
- (六) 令和5年度産大豆刈り状況及び
令和6年度産麦播種状況について
- (七) 農業振興委員会報告
- (八) 令和6年度旅行目的定期積金募集について
- (九) 貸出金の資金種類(統一言金)の
一部改正について
- (十) 年末貯金の取組について
- (十一) 年末年始業務日程について
- (十二) 賞与支給報告

【付議事項】

- (一) 有価証券の減損処理基準の制定について
- (二) 資産査定基準の一部改正について
- (三) 福岡県信連への出資(後配出資)について
- (四) 役員選任日程及び監事の選出地区について

紅梅や
小さな盆栽
出番待つ

太田 輝久

心地よき
庭の初音に
癒される

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
食べ物で花粉症対策

栄養士
吉田 理江

暖かい日が増え、過ごしやす季節になってきました。しかし、鼻水など花粉症の症状でお悩みの方も多いのではないのでしょうか。免疫機能を高めると症状を和らげることができるといわれています。今回は花粉症対策にお薦めの栄養素を三つお伝えします。

ビタミンB6
肉・魚介類などの動物性食品に多く含まれるビタミンB6には、免疫機能を正常に保つ働きがあります。ビタミンB6は、光・加熱に弱く、冷凍・加工すると損失されやすい栄養素です。カツオ・マグロの刺し身など、新鮮な魚介類を食べると良いでしょう。生の魚介類が苦手な方は、バナナがお薦めです。バナナにもビタミンB6が含まれています。時間がない朝やおやつにバナナを食べると良いでしょう。

ポリフェノール
植物に存在する色素や苦み成分のポリフェノールには、アレルギーの炎症を抑える働きがあります。ブルーベリーなどの青紫色の色素に含まれるアントシアニンなどが有名です。ポリフェノールには、酸化を防ぐ働きがあるため、美しい肌を保ちたい方にもお薦めです。野菜、果物の皮にはポリフェノールが豊富に含まれているので皮をむかずに調理すると良いでしょう。緑茶には

カテキンという渋み成分のポリフェノールが含まれています。手軽にポリフェノールを取りたい方は、緑茶がお薦めです。

食物繊維
野菜、海藻、果物などに含まれる食物繊維は腸内環境を整える働きがあります。免疫機能の約70%が腸内に存在するとされており、花粉症対策には、腸内環境を整えることが重要です。みそ汁に野菜をたくさん入れたり、おやつに果物を食べるなど食物繊維を取ると良いでしょう。



免疫機能を正常に保ち花粉症の症状を和らげるためには、規則正しい生活習慣も大切です。早寝早起きを心がけましょう。

栄養士 吉田 理江
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。

1月号の答え
ハツヒノデ

タネのカキ

けんま 緑リヒロキ

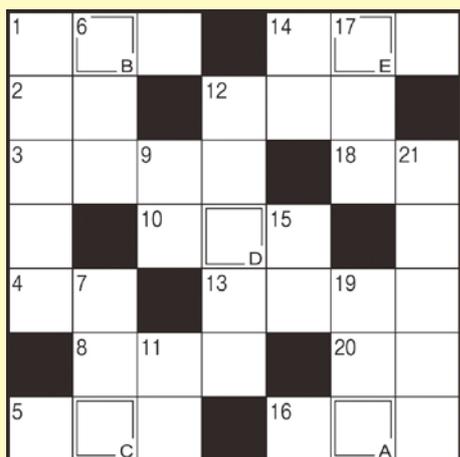


パズルで頭の体操

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 ニコロ

- ① 最低気温が0度より低い日
- ② 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- ③ 水筒に入れます
- ④ ヒビーン!といななく動物
- ⑤ スマホに入れたり消したりします
- ⑧ ベッドが2つある部屋
- ⑩ 頬のこと。——ダンス
- ⑫ スラロームやモーグルなどの種目があります
- ⑬ 人がいつまでも入っている状態
- ⑭ 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- ⑯ 空気が乾燥しているの——器をつけた
- ⑰ 節分の豆を——の数だけ食べた
- ⑱ 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

- ① フキの花茎のこと
- ⑥ 銀世界を眺めて楽しめます
- ⑦ ガイド——を片手に
- ⑧ 観光地を巡った
- ⑨ 安倍川にして食べよつかな、磯辺巻きもいいな
- ⑪ 日没のことを日の——ともいいます
- ⑫ 雪だるまを英語(片仮名語)でいいます
- ⑬ 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- ⑭ 漢字には音読みと——読みがあります
- ⑮ 平方根を表す記号
- ⑯ 魚偏に「弱」と書きます
- ⑱ 中国や台湾の旧暦の正月



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
2月15日(木)

●なくそう食品ロス●

減らそう! 野菜の過剰除去

食品ロス問題
ジャーナリスト
井出 留美

皆さんはナスのへたを切る
とき、どう切りますか? 私
はまな板にナスを置いて、ま
な板に対して垂直に包丁を
入れて切っていました。
あるとき、違う切り方を
知ったのです。それは、へたや
実の部分に包丁を沿わせる
ように、斜めに包丁を入れ
て、葉っぱの部分だけを切り
取るようにするのです。そう
すると、葉の下にある実の部
分まで切って捨ててしまうこ
とがありません。
ニンジンのへたも同じで
す。まな板にニンジンを置き
て、垂直に包丁を入れると実
の部分まで捨ててしまうこと
になります。包丁の手前側の
角をへたに当てたまま、ぐる
りと1回転させるとへたの部
分だけをくり抜くことができ
ます。
食べられる部分まで切って
捨ててしまうことを「過剰除
去」といいます。無意識のうち
に切って捨ててしまっている
けれど、実は食べられる部分
も多いのではないでしょ
うか。



食品ロス問題
ジャーナリスト
井出 留美 (いでのみ)

株式会社office3.11
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)。『食べものが足りない!』『SDGs時代の食生活方』『捨てないパンの挑戦』など著書多数。

私は、切り取ったへたもそのまま捨てたりはしません。密閉容器に取って、冷蔵庫のチルド室で保管しておきます。へただけでなく、タマネギの皮、ソラマメやエダマメのさや、野菜の堅い部分などを入れておきます。1週間ほどして、たまつたら、深鍋に入れて1L程度の水を注ぎ、1時間ほど煮出します。すると、いろんな食材から出ただしがおいしい「ベジブロス(野菜だし)」になるのです。搾ったかすは、乾かしてからコンポスト(堆肥化容器)に入れていきます。ごみはゼロ! 食材を全て活用すると、気持ちもすがすがしくなりますよ。

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。

●新年号での、組合長をはじめ各部会長の新年挨拶を興味深く読ませて頂きました。また、健康百科も為になりました。
【田川市:M・M様】

●新年を迎え、JAたがわ職員一同様のご健勝とご多幸を祈念申し上げます。本年も毎号のグリーンハートを楽しみにしておりますので、よろしくお願ひします。
【添田町:I・T様】

●なくそう食品ロス、家庭で最も捨てられる食品は? 自分も同感です。
【糸田町:T・S様】

●明けましておめでとございます。これからも田川の農業発展に期待しています。
【田川市:T・A様】

●健康百科は、毎号詳しく書かれていて納得しています。シエ

フ永井氏の料理も、とてもお洒落で簡単なので参考にして料理を作っています。
【添田町:O・N様】

●健康百科を参考に冬の健康な体づくりを行っています。
【川崎町:F・S様】

●お正月に孫と一緒にバズルの回答を考え楽しみました。
【田川市:N・K様】

●料理のレパートリーが増えて助かります。
【香春町:O・M様】

《お便りありがとうございます。これからも皆様が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JA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

カキの酒煎り

材料(2人分)

- ・カキむき身……200g(生食用)
- ・日本酒……200ml
- ・塩……小さじ1/2
- ・しょうゆ……小さじ1/2
- ・ショウガスライス(皮付き)……2枚
- ・小口ネギ……適宜
- ・七味唐辛子……適宜

【作り方】

- ①カキはよく水洗いし汚れを落とし、水気を切っておく。
- ②小鍋に日本酒を沸かしアルコールを飛ばし、ショウガ、塩、しょうゆ、カキを入れ、強火で2分ほど煎(い)り煮する。
- ③器にカキを盛り付け小口ネギのせ、七味唐辛子を振り出来上がり。



レシピ2

カキのみそ焼き

材料(2人分)

- ・カキむき身……200g
- ・だし昆布……1枚(5×10cmほど)
- ・田舎みそ……大さじ2
- ・みりん……大さじ1
- ・小口ネギ……適宜
- ・七味唐辛子……適宜
- ・日本酒……200ml+適宜
- ・塩……小さじ1/2
- ・しょうゆ……小さじ1/2
- ・ショウガスライス(皮付き)……2枚

【作り方】

- ①カキはよく水洗いし汚れを落とし、水気を切っておく。
- ②小鍋に日本酒を沸かしアルコールを飛ばし、ショウガ、塩、しょうゆ、カキを入れ、強火で2分ほど煎(い)り煮する。
- ③だし昆布に日本酒を振りかけ、ふやかしてから布巾でよく拭いておく。
- ④ポウルに田舎みそ、みりんを入れ混ぜ合わせ、③のだし昆布に塗る。
- ⑤みそを塗った昆布に酒で煎ったカキを並べ、アルミホイルの上のせ、オーブントースターで6分ほど焼き、みそを軽く焦がす。
- ⑥焼き上がったら器に盛り付け、小口ネギと七味唐辛子をかけ出来上がり。

今月のあなたの運勢

2024年
2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】 友人や知人とのおしゃべりが楽しいとき。誘われたら戸惑うことでも一緒にやってみて、新しい発見にワクワク</p> <p>【健康運】 温熱グッズを使って体を温めて。温泉も◎</p> <p>【幸運の食べ物】 長ネギ</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 困ったときこそ冷静に。状況を整理すれば打開策が見えてきます。下旬には力を貸してくれる人が出てくる予感</p> <p>【健康運】 前半は良好。後半は疲れをためないよう心がけて</p> <p>【幸運の食べ物】 カラシナ</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 予定は早め早めに進めると上昇運に乗れます。旅行やレジャーは中旬までが吉。下旬は仕事に力を入れて◎</p> <p>【健康運】 不調を甘く見ないで。後半は回復、精神的に動けます</p> <p>【幸運の食べ物】 水菜</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 刺激的な状況に少し慌てるかも。臨機応変に考えればイレギュラーな事態でも得ることが。下旬は幸運に恵まれます</p> <p>【健康運】 腰回りのストレッチは入念に。あつたか下着も◎</p> <p>【幸運の食べ物】 ブロッコリー</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 予想外の中に今後の糧につながることもありそう。様子を見ていて。人と一緒に行動するのが開運の秘訣(ひけつ)</p> <p>【健康運】 疲れが残りやすいので無理は駄目。食もバランス良く</p> <p>【幸運の食べ物】 キウイフルーツ</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 丁寧な仕事で好感度が大幅アップ。あなたを気にかけてくれる人を大切に。下旬に出てくる問題は慎重に対応を</p> <p>【健康運】 ハードな作業は前半のうち。消化の良い食べ物が吉</p> <p>【幸運の食べ物】 ナバナ</p>
<p>♎ 天秤座 (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 おしゃべりをして外出を。以前からやってみたかったことに挑戦してみるのもいいでしょう。行動的なほどツキがアップ</p> <p>【健康運】 納豆やヨーグルトなどの発酵食品を取るよう心がけて</p> <p>【幸運の食べ物】 セリ</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 気になることに1つずつ取り組んでいきましょう。腰を据えて動くとうまい。下旬は好情報が入ってきます</p> <p>【健康運】 ウォーキングやストレッチで体をほぐして</p> <p>【幸運の食べ物】 ホウレンソウ</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 行動範囲を広げましょう。好奇心を発揮すると楽しいことに出合えます。おけいこやサークルへの参加も◎</p> <p>【健康運】 腹八分目が健康維持のこつ。いろんなものを少しずつ</p> <p>【幸運の食べ物】 ワラビ</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 マイペースでOK。やりたいことリストを作って順にやっていくのもお勧めです。お取り寄せグルメにもツキがあります</p> <p>【健康運】 頑張り過ぎず適度に休憩を入れて。お茶が吉</p> <p>【幸運の食べ物】 セロリ</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 とても勢いがあります。多少の無理なら通るので早めに行動を起こして。下旬はのんびりモードにチェンジを</p> <p>【健康運】 あつたかい靴下や手袋で手足の冷えをカバーして</p> <p>【幸運の食べ物】 ユリ根</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 だんだん調子が出てきます。様子を見ながら下旬にラストパートをかけましょう。予想以上の好結果にっこり</p> <p>【健康運】 良い姿勢を心がけて。肩凝りは早めにケアを</p> <p>【幸運の食べ物】 フキのとう</p>

