

・／ たがわ

# グリーンハート

／ 発らぶ TAGAWA ／  
2025年  
11月



# スポーツの秋を満喫! 年金友の会 グラウンドゴルフ大会を開催



さわやかな秋空のもと、年金友の会(入船清会長)は、会員同士の親睦を深め、健康づくりを目的として、9月12日(金)に香春町総合運動公園にてグラウンドゴルフ大会を開催しました。

当日は、131名の会員が参加し、各チームが日頃の練習の成果を存分に発揮。笑顔と真剣な表情が入り混じる中、白熱した試合が繰り広げられました。グラウンドゴルフならではのホールインワンや巧な技術が光る場面も多く、応援にも力が入りました。

その結果、見事優勝を飾ったのは福智Dチーム。そして準優勝は伊田Aチーム、第3位には添田Bチームが輝きました。どのチームも素晴らしいフェアプレーを見せ、参加者全員がスポーツの秋を満喫する一日となりました。

また、今回の大会で好成績上位3チームは、県大会への出場も決定しており、さらなる活躍が期待されています。



▲入船清会長より開催挨拶

この上位3チームが11月5日(水)に、リバーサイドパーク東櫛原(筑後川河川敷)にてグラウンドゴルフ大会県大会に出場します!!



優勝:福智 Dチーム



準優勝:伊田 Aチーム



三位:添田 Bチーム



弁城小学校と猪位金学園  
 の児童たちが、食べ物の大切  
 さや農業を学ぶ「食育」の一  
 環として、稲刈りを体験し  
 ました。

当日は晴天に恵まれ、子  
 どもたちは先生と力を合わ

**【稲刈り体験】**

●9月17日(水)／弁城小学校(4年～6年生)  
 ●9月22日(月)／猪位金学園 5年生

せ、鎌を使って稲を刈りまし  
 た。最初は慣れない手つき  
 でしたが、次第にリズムよく  
 作業できるようになり、田  
 んぼには元気な声が響き渡  
 り、最後まで一生懸命取り組  
 んでいました。

10月11日(土)、農産物直売所「来てみんなかながわ」で秋の収穫祭を行いました。

当日は、1000人ものお客様にご来場いただき、野菜の詰め放題や、お肉・魚の2割引きなど、さまざまな企画をご用意し、多くのお客様に喜んでいただきました。

さらに、「夢つくし」や「元

気づくし」の新米を1割引で  
ご提供し、こちらでも大好評  
をいただきました。ご来場い  
ただいた皆さま、誠にありが  
とうございました。



## JAたがわ女性部

## 福智支部総会を開催

♪ いきいきと楽しく♪

## 健康体操でリフレッシュ

9月17日(水)、JAたがわ女性部 福智支部(支部長:谷典子)は、福智支所2階会議室にて令和6年度の総会に部員20名が参加され開催しました。

令和7年度から新しく支部長に山本ミツ子さんが就任され、「支部長になるのは初めてで分からないことも多いですが、学びながら皆さんと一緒に活動に参加していきたいです」と元気に挨拶。福智支所の渡邊支所長からも「女性部の活動が皆さんの生活の一部になるよう、これからも応援していきたい」と温かいメッセージがありました。

総会のあとは、健康体操が実施され、ビデオを見ながら講師の言葉に耳を傾け、リス

ムに合わせてストレッチを行いました。身体のコリや骨盤などに効く動きを真剣に、時には笑いながら楽しく取り組みました。参加者からは「家ではなかなかできないから、また参加したい」とても気持ちよかった」といった声が多く、講師からは「体操の内容は少し難しい部分もありますが、最初からできなくて当たり前!少しずつでも継続してチャレンジすることに意味がある」と励ましの言葉もあり、和やかな雰囲気包まれ大好評のひと時となりました。

これからも、JAたがわ女性部では、健康づくりや交流を楽しめる活動を続けてまいります。

## 女性部よりお知らせ!!



今年のクリスマスは、世界に一つだけのオリジナルリースを作ってみませんか?

2025年 12.1 月 13:30~

場所: JA たがわ本所婦人の家

申込方法: お近くの各支所へ

※定員に達し次第受付終了となります。

参加費  
500円



見本

お問い合わせ JA たがわ 営農企画課 池永  
TEL 0947-44-3380  
田川市大字伊田 3550



## おせちのご予約時期となりました!!

JA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。

ご注文の締め切りが11月10日(月)となっておりますので、最寄りの支所にて、チラシをご覧の上、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各支所・資料課【連絡先42-4173】までお気軽にお尋ねください。

※「おせち」料理を食べる意味は、主に以下のような理由があります

- 季節の節目を祝う：おせちは、季節の変わり目を祝う料理であり、特にお正月に食べられます。
  - 縁起の良い食材：おせちに使われる食材には、五穀豊穡や健康長寿、子孫繁栄などの意味が込められています。
  - 神様へのお供え：おせちは、家を守る神様へのお供え物としての意味も持ち、家族で共に食べることによってその祝福を受けるとされています。
  - 新年の祝い：お正月は日本の最も重要な祝日であり、新しい一年を祝うためにおせちを食べることが伝統となっています。
- このように、おせち料理は日本の文化や伝統に深く根ざした特別な意味を持っています。



## こんなこと、ありませんか?

- 雨の日にブレーキの効きが悪い気がする
- 運転中にハンドルがとられたことがある
- 最近、乗り心地が変わったように感じる
- カーブをスムーズに曲がれない
- 給油の回数が増えた気がする
- スタッドレスタイヤの準備がまだできていない

ひとつでも思い当たることがあれば、ぜひお近くのJA-SS(ガソリンスタンド)へお越しください。スタッフが丁寧に点検しアドバイスいたします。



## お問い合わせ先

添田SS/TEL.82-0068 採銅所SS/TEL.32-4684 金川SS/TEL.46-1275

皆さまの安全なカーライフを応援します。お気軽にご相談ください。

## 秋・冬タイヤキャンペーンのお知らせ

### 実施期間

11月1日(土)から12月31日(水)

JAたがわの各ガソリンスタンドでは、皆さまが安心して車に乗れるように、タイヤのキャンペーンと無料点検を行います。

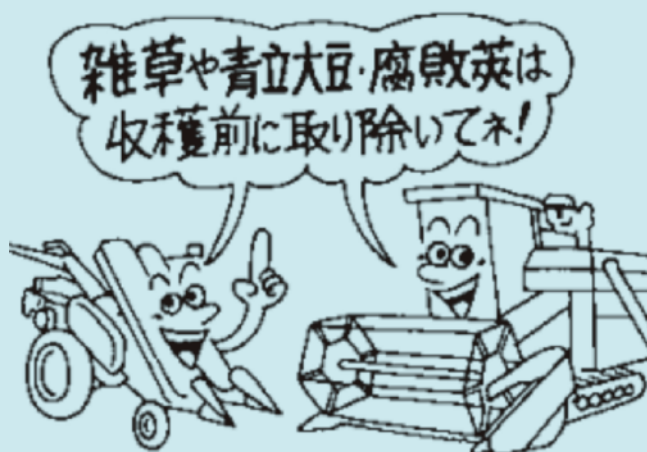
# 11月は 大豆の収穫についてです。

## 1 事前準備

カメムシ類が吸汁・加害することで発生する青立ち株や雑草については、落葉後収穫前までに抜き取りを行い、汚粒の発生を防止に心がけましょう。

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

※収穫前にラウンドアップマックスロードは散布できません!ご注意ください。

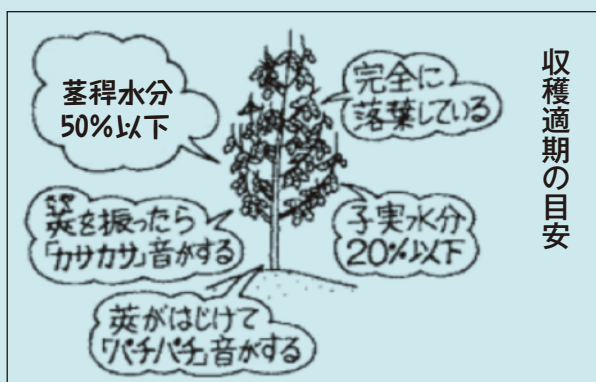


## 2 収穫

ふくよかまる(ちくしB5号)は、フクユタカと比べ、莢より莢水分の低下が早いため、汚粒が出ない程度に莢が乾燥したら、収穫を開始しましょう!

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ようにしましょう。

必要以上に乾燥させると、裂莢・脱粒してコンバインロスが多くなるため、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2〜3本取り付けます。
- ②取り付ける場合、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、倉庫等の風通しのよいところに積んでおきます。また、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)。



# 生産者インタビュー

兼業農家

宮井 みやい

和繁さん かずしげ (61)

【糸田支所管内】

「高校卒業後、『自分のクリーニング店を開きたい』という夢を叶えるため、住み込みで2年間修行を積み努力の末、念願の開業を果たしました。その後、私が40歳までに、兄弟や親が亡くなったため、それまで手伝う程度だった稲作を継ぐ決意をしました」と話す和繁さんは、現在、水稻を30.5a栽培と同時に、JAたがわのいちじく部会やそらまめ部会員として、日々農業に専念されています。また、地元では農業委員としても地域の農業振興に貢献されています。

「農機具が古くなってきたため、中古の農業機械を探しているのですが、価格が高く、なかなか手が出せません。また、毎年イノシシによる被害や病害虫の対策にも苦労しています」と話してくれました。

「農業をやって良かったと思う瞬間——  
「高齢化や後継者不足の影響で、農地

の耕作放棄が進む中でも、何事にも一生懸命取り組むことで、農地を荒らすことなく守り続けています。丹精込めて育てたおいしいお米を収穫し、家族や親戚に喜んでもらえた時、農業を続けてきて本当に良かったと心から感じます」

——最後にひとこと——

「今後も、自分で決めた作付け目標に向けて力を注ぎながら、部会活動にも積極的に取り組み、栽培技術の向上や安定した高品質な出荷を目指していきます。そして、体力が続く限り、農業に専念していくことを目標としています。」と終始笑顔で話してくれました。

和繁さん、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。

# 自脱コンバインの事故に関する 安全対策のポイント

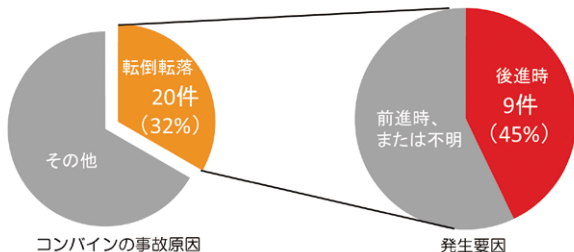
## ① 後進時は、より慎重に運転しましょう！

コンバインの事故で最も多いのが、**転落・転倒事故**です。  
特に、**後進時**に事故が多く発生する傾向があります！



### ○ コンバインの転落・転倒による死傷事故

転落・転倒事故20件のうち、少なくとも9件は**後進時**に発生！



### 【ここをチェック】

コンバインの後進時…



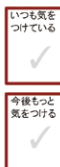
後方が見えにくい  
ため、危険！

後進時は  
特に注意！

コンバインは、トラクター以上に運転席  
から見えない死角が多い！

- 畦畝や路面の凸凹等による転倒・転落事故に十分注意しましょう。
- 補助作業者は、コンバインの死角での作業に十分注意しましょう。

**進行方向の安全を十分に確認し無理のない運転をしましょう。**



## ② 納屋等からの出入り時は、十分注意しましょう！

コンバインの挟まれ事故は、**納屋等からの出入り時**に梁と挟まれる  
ことによっても多く発生しています！



### 【ここをチェック】

狭い納屋からの出入り…

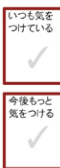


声かけ・合図

挟まれ事故に  
注意！

挟まれ事故で、  
納屋の梁に挟まれ  
死亡したケースも！

**狭い場所での作業は、補助作業者との声かけや合図を決めておく等、  
周囲の安全を確認しながら作業を行いましょう。  
また、作業者自身も前方不注意などには十分気をつけましょう！**



## ③ 巻込まれによる負傷事故に注意しましょう！



コンバイン巻込まれ事故は、**点検整備・清掃中**に多く発生しています！  
そのうち、**エンジン非停止**が事故要因となるケースが多い状況です。

### 【ここをチェック】

点検整備・清掃時…

手こぎ作業時…



巻込まれ事故に  
注意！

巻込まれ事故は、  
点検整備・清掃時  
と手こぎ作業時で  
発生！

**点検整備・清掃作業では、エンジンを停止しましょう。  
手こぎ作業は、適切な服装で機体の内側に手を入れないようにしましょう。**



9月から11月は農作業が忙しくなる時期（農繁期）です。  
この時期は、農作業中の事故が多くなる傾向があります。  
事故を防ぐためにも、今一度、安全への意識を高めましょう。



**農作業中の事故にぜひ注意ください**

転倒・機械の操作  
ミス・疲労による不  
注意など、思わぬ  
事故につながるこ  
とがあります。作業  
前の準備や、体調  
管理、安全確認を  
しっかり行いませう。皆さまが元気に  
農作業を続けられ  
るよう、安全第一  
で行動しましょう。



**義務化はいつから？** **令和9年1月1日** からです。

**どのトラクターが対象？** **令和9年1月1日以降に製造された座席を有するトラクターは、大型特殊自動車・小型特殊自動車に限らず対象車となります。**

対象のトラクターには、ボンネット側面に座席ベルト着用義務車を示すステッカーが貼付されます。

**※ステッカーのイメージ**

|  |            |
|--|------------|
|  | 座席ベルト着用義務車 |
|  | 座席ベルト着用義務車 |

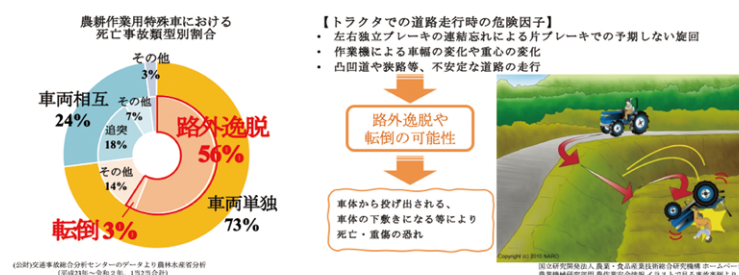
**違反した場合は？** **シートベルトの着用義務違反として、点数1点が付されます。**

農林水産省

## シートベルトを締めましょう！ シートベルト着用は、 トラクターの死亡事故率低下に有効です

### トラクターの交通事故の特徴

農耕作業用特殊車の死亡事故は車両単独による**路外逸脱・転倒**が多く、特に乗用型トラクターの死亡事故が多い状況。

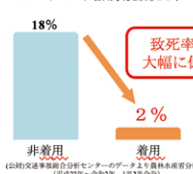


### シートベルトの効果

乗用型トラクターの路外逸脱・転倒事故における死亡・重傷リスクに対し、シートベルトを安全キャブ・フレームとセットで使用することが重要！



農耕作業用特殊車における事故時のシートベルト着用状況別致死率



### 参考情報

農林水産省ホームページもご覧ください。



# 乗用型トラクターに シートベルトが義務化されます

農作業用の車両(トラクターなど)による事故の中で、死亡事故の割合がとても高いことが分かっています。特に、乗用型トラクターが転倒・転落する事故が多く、命に関わるケースが目立っています。このような状況を受けて、令和7年6月17日に法律が改正され、令和9年1月1日から、乗用型トラクターにはシートベルトの装備が義務化されますのでお知らせいたします。

令和9年1月1日以降に製造された乗用型トラクターは、道路を走る際にシートベルトの装備が必要になり、そのトラクターを運転する人は必ずシートベルトを着用しなければなりません。

# 令和7年度 第2回 農業用廃棄プラスチック 回収について



## 令和7年

|           |           |                |
|-----------|-----------|----------------|
| 11月18日(火) | 赤村ライスセンター | 赤村大字内田外山       |
| 11月19日(水) | 香春ライスセンター | 香春町大字採銅所4318-1 |
| 11月20日(木) | 九州バーク第3工場 | 添田集荷場の横        |
| 11月21日(金) | 旧金川整備工場   | 田川市夏吉885-1     |
| 11月25日(火) | 川崎集荷場     | 川崎町大字田原335     |

雨天  
決行

○時 間／各場所ともAM9：00～12：00

※日時厳守でお願いいたします。

○回収品／育苗箱・苗ポット・あぜシート・ポリ・  
ブルーシート・ビニール・マルチ・肥料袋・  
塩ビ管・灌水チューブ・水道ホースなどです。

※塩ビ管などパイプ類は 1m程度まで短く切って持ってきて下さい。

**注意**

回収できない物

マルチの芯・電気牧柵のガイシ・農薬の容器・紙類  
金属類・トタンのあぜシートなど

○費用／農家負担分 35 円／kg(税込)

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(8市町村+JA)  
より処理費の一部を助成しています。

● 令和8年度第1回目は令和8年7月下旬頃予定しております ●

# JAたがわ 新規採用・中途採用について

当JAは、職員募集を行っています。田川地域の「食・農・くらし」を育む活動を通じて、組合員をはじめ利用者や地域の皆さまに笑顔と、もっと身近な存在の人材を求めています。

## 【令和8年度新規採用 試験実施要領】

|            |                                                                                                                                                                 |                                     |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| 職種         | 総合職                                                                                                                                                             |                                     |
| 応募資格       | 中途採用                                                                                                                                                            | 四年制大学、短期大学、専門学校、高校を卒業した方で35歳までの方    |
|            | 新規採用                                                                                                                                                            | 令和8年3月までに四年制大学、短期大学、専門学校、高校を卒業見込みの方 |
| 募集人数       | 若干名                                                                                                                                                             |                                     |
| 応募締切       | 令和7年12月10日(水)必着                                                                                                                                                 |                                     |
| 試験会場       | 田川農業協同組合 本所(田川市大字伊田3550)                                                                                                                                        |                                     |
| 試験日        | 令和8年1月中旬頃予定                                                                                                                                                     | 筆記試験・面接は同日                          |
| 試験内容       | 筆記試験・個人面接                                                                                                                                                       |                                     |
| 応募方法       | ①履歴書(3か月以内に撮影した写真を貼付したもの)<br>②卒業証明書または卒業見込証明書<br>③成績証明書                                                                                                         | ①～③応募締切までに<br>郵送または提出               |
| 採用日        | 中途採用                                                                                                                                                            | 令和8年2月1日                            |
|            | 新規採用                                                                                                                                                            | 令和8年4月1日                            |
| 主な<br>仕事内容 | 総合職 農家及び地域住民を対象に、金融、共済、購買の事業を展開しています。<br>・総務関係／人事、経営企画、リスク管理の管理事務指導<br>・信用業務／金融、共済商品の窓口業務および本所事務指導<br>・農業関連業務／農家経営指導、農業技術指導、野菜や花の苗を生産販売<br>・農業資材関連業務／肥料農薬等の配送業務 |                                     |
| 就業時間       | 午前8時30～午後5時00分 (時間外有)                                                                                                                                           | 業務により異なる                            |
| 休日         | 土曜日(月/2回)・日曜・祝日・有給(採用後6ヶ月継続勤務後)                                                                                                                                 | 業務により異なる                            |
| 基本給        | ①大卒 (新卒者月給)201,000円                                                                                                                                             | 中途採用者については、<br>年齢・経験を考慮             |
|            | ②短大・専門学校2年制 (新卒者月給)190,000円                                                                                                                                     |                                     |
|            | ③高卒 (新卒者月給)180,000円                                                                                                                                             |                                     |
| 賞与         | 年 2 回                                                                                                                                                           |                                     |
| 定期昇給       | 年 1 回                                                                                                                                                           |                                     |
| 諸手当        | ①家族 ②職能資格 ③職位 ④特殊勤務 ⑤通勤                                                                                                                                         |                                     |
| 社会保険       | 健康保険・厚生年金・雇用保険・労災保険                                                                                                                                             |                                     |
| 定年         | 有 (60歳)                                                                                                                                                         | 65歳まで再雇用有り                          |
| 特記事項       | ①入組後6ヶ月は試用期間                                                                                                                                                    |                                     |
|            | ②全ての職種(業務)に営業(推進活動)あります                                                                                                                                         |                                     |

お問合せ先及び  
履歴書の郵送は右記の通り。

〒825-8588 福岡県田川市大字伊田3550  
田川農業協同組合 総務部 管理課  
お問合せ先:TEL0947-44-4030 担当/仲江・上村・向井まで

新卒者の職員募集・中途採用と合わせて、パート・アルバイト希望の方も募集をしています。  
勤務時間等のご相談は上記のお問合せ先へご連絡ください。

**現在、特にカントリーエレベーターおよび育苗センターにつきましては急募求人しております。**

- 書類選考のうえ、結果を後日連絡いたします。
- 応募書類の返却はいたしませんので、ご了承ください。
- 当組合への応募書類に関しましては、採用以外の目的で使用されることは一切ございません。

懸賞付定期貯金 ちょキングスーパー

# JA貯金王 Super 2025

《お取扱い期間》令和7年11月4日(火)～12月30日(火)

ご契約された方の中から、抽選で素敵なプレゼント！



ネットでも※3  
店舗でも！

100万円以上お預入力で  
トリプルチャンス！※1

|                                                                                                                      |                                                                      |                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <p>農協全国商品券 10,000円分</p> <p>貯金王賞</p> <p>農協全国商品券 GIFT CARD</p> <p>10,000円分</p> <p>福岡県内JA総計 500本</p> <p>お預入れ100万円以上</p> | <p>博多和牛 肩ロースすき焼き用お肉</p> <p>よからうもん賞</p> <p>200本</p> <p>お預入れ50万円以上</p> | <p>博多すい〜とん ロースしゃぶしゃぶ用お肉</p> <p>バク賞</p> <p>300本</p> <p>お預入れ10万円以上</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|

さらに！  
申込用紙にて  
ご応募いただいた方の中から  
抽選で50名様に

JAバンク福岡presents  
コンサートイベント  
ペアチケット

プレゼント！※2

《ご契約内容》■ご利用いただける方：個人の方 ■預入期間：1年以上 ■預入金額：10万円以上

※1) 100万円以上お預入で、貯金王賞・よからうもん賞・バク賞の抽選対象となります。50万円以上お預入で、よからうもん賞・バク賞の抽選対象となります。重複当選はありません。  
※2) 申込用紙にてご応募いただいた、コンサートイベント・ペアチケットプレゼントは、貯金王賞・よからうもん賞・バク賞との重複当選が可能です。  
※3) ネットでのお預入れには「JAバンクアプリ プラス」または「JAネットバンク」の利用登録が必要です。

## 金利を上乗せ実施!!

適用  
金利

当JAにて年金を受給されている方

0.5% (税引前)

一般のご利用者

0.375% (税引前)

※金利上乗せは初回満期日までとし、自動継続以降は継続日における店頭表示金利を適用します。  
※税金については、20.315% (国税15.315%、地方税5%) の分離課税となります。令和19年12月31日までの適用となります。



JAバンク福岡の環境保全取組み  
「JA貯金王Super 2025」のご成約一口につき、20円を「(公財)福岡県水源の森基金」に寄付させていただきます。  
※寄付金は、県内の自然災害等の環境復旧にも役立てられます。

詳しくはJA窓口までお気軽におたずねください。



考えよう あなたの言葉 傷つく心

## ガソリンスタンドより 11月祝日営業日程のお知らせ

- 金川SSのみ、11月3日(月)、24日(月)は営業します。  
営業時間／8:30から17:00まで ※尚、一般配送はいたしません
- 添田SS、採銅所SSは、11月3日と24日は休みです。



**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(日)まで土曜・日曜も農繁期対応いたします。

●月曜日から金曜日:8時30分から17時まで営業【祝日/休業】

●土曜日:8時30分から15時まで営業 ●日曜日:8時30分から12時まで営業

12月1日(月)より通常営業となり土曜日は午前中まで営業、日曜・祝日はお休みします。  
尚、11月3日(月)・24日(月)の祝日は休業となります。

※土曜日・日曜日の一般配送はいたしません

### 各グリーンセンター連絡先

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ください!!」

現在、全国の警察では殺人・強盗などの凶悪事件をはじめ、暴行・傷害・窃盗・詐欺・横領などの犯罪に関与したとされる約590人の指名手配被疑者を追っています。その中には、警察庁が特に重要と位置づける「重要指名手配被疑者」も含まれており、再び犯罪を行う可能性があるため、早期の検挙が急がれています。

警察では、11月を「指名手配被疑者捜査強化月間」と定め、全国の警察が連携して捜査を強化しています。逃走を続ける被疑者の一日も早い逮捕に向けて、地域の皆さまのご協力が何よりも大切です。

「この人、指名手配の顔に似ているかも…」

そんな些細な情報でも構いません。気になることがあれば、すぐに警察へご連絡ください。

**通報・お問い合わせ先：田川警察署 刑事第一課 電話:42-0110**

**皆さまのご協力が、地域の安全につながります。ご理解とご支援をよろしくお願いいたします。**

## 理事会報告

令和7年9月29日(月)

### 【報告事項】

- (一) 令和7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) 令和7年度 定期積金旅行実施報告
- (五) 農業まつり実施について
- (六) 令和7年産米 支所別検査・  
各施設粉荷受実績報告

### 【付議事項】

- (一) 当組合における取引のリスク評価書  
について
- (二) 令和7年産(夢つくし、その他銘柄)の  
追加支払いについて
- (三) 令和7年産(元気つくし、ヒノヒカリ)の  
米穀共同計算重要事項の  
設定について



月光に  
思い浮かぶや  
里の柿

太田 輝久

初霜や  
初心忘れず  
日々生きる

原田 祥二郎

今月の一句

健康百科

おいしく食べて美しく

食べ物で冬の「ゆらぎ肌」対策

栄養士  
吉田 理江

＊けんこうひゃっか＊  
皮にはポリフェノールや  
ビタミンCが多く含まれる  
ため、皮ごと食べると良いで

リンゴには、ポリフェノールや食物繊維が豊富に含まれています。リンゴに含まれるポリフェノールには強い抗酸化作用があるため、アンチエイジング効果が期待できます。また、食物繊維は腸内環境を整える働きがあります。腸内環境が整うと肌荒れや吹き出物など、肌の不調を防ぐ効果も期待できます。

リンゴには、ポリフェノールや食物繊維が豊富に含まれています。リンゴに含まれるポリフェノールには強い抗酸化作用があるため、アンチエイジング効果が期待できます。また、食物繊維は腸内環境を整える働きがあります。腸内環境が整うと肌荒れや吹き出物など、肌の不調を防ぐ効果も期待できます。

ハクサイには、ビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCはコラーゲンの生成に欠かせない栄養素です。また、ハクサイに含まれる豊富な水分は、肌の潤いを体の内側からサポートし、乾燥による肌荒れを防ぐ効果が期待できます。

今回は、冬の「ゆらぎ肌」対策にお薦めの食材を三つご紹介します。

冬になると、乾燥や寒暖差により、かさつき、赤み、かゆみなどの不調を感じる「ゆらぎ肌」に悩む方も多いのではないのでしょうか。



栄養士・ダイエットコーチ  
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。

これらの栄養豊富な旬の食材を積極的に取り入れて、体の内側から肌をケアしていきましょう。

ハクサイには、ビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCはコラーゲンの生成に欠かせない栄養素です。また、ハクサイに含まれる豊富な水分は、肌の潤いを体の内側からサポートし、乾燥による肌荒れを防ぐ効果が期待できます。

今回は、冬の「ゆらぎ肌」対策にお薦めの食材を三つご紹介します。

冬になると、乾燥や寒暖差により、かさつき、赤み、かゆみなどの不調を感じる「ゆらぎ肌」に悩む方も多いのではないのでしょうか。

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

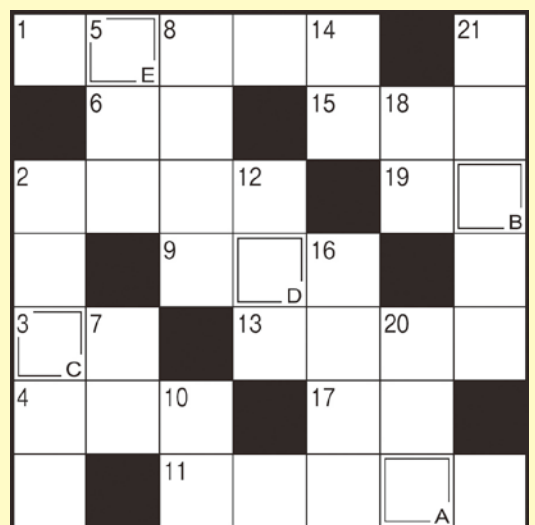
- ① 育つこと。七五三は子どもの——を祝う行事です
- ② ——果敢に若武者が戦う
- ③ 江戸時代のタクシーです
- ④ 秋の山を彩ります
- ⑤ 「豚」の音読み。——カツ
- ⑥ 金属の輪を長くつないで作ります
- ⑦ 旅先の体験を書き綴ったもの
- ⑧ 平安貴族の乗り物。モーと鳴く動物が引きます
- ⑨ よく晴れた日の、夕日の色といえば
- ⑩ 佐渡島にはこの鳥の保護センターがあります
- ⑪ ギターに張ります



10月号の答え ▼ タマイレ

- ⑫ 川の長い動物
- ⑬ 天高く——肥ゆる秋
- ⑭ 暦の上ではこの日から冬
- ⑮ 櫛（くし）の材料によいとされる木
- ⑯ 『源氏物語』の作者は——です
- ⑰ SLEとも呼ばれる蒸気
- ⑱ 川辺や海岸で見られる冬鳥。
- ⑲ 東京都民の鳥です
- ⑳ 熱海と並んで有名な、伊豆半島東部の温泉地
- ㉑ 分別して出します
- ㉒ 雄弁は銀、——は金
- ㉓ 陶器よりも高い温度で焼きます
- ㉔ 耳の長い動物
- ㉕ 天高く——肥ゆる秋
- ㉖ 暦の上ではこの日から冬
- ㉗ 櫛（くし）の材料によいとされる木
- ㉘ 『源氏物語』の作者は——です
- ㉙ SLEとも呼ばれる蒸気

タテのカギ



- 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。

85 〒825-8588  
田川農業協同組合  
総務部管理課  
田川市伊田3500

★応募方法

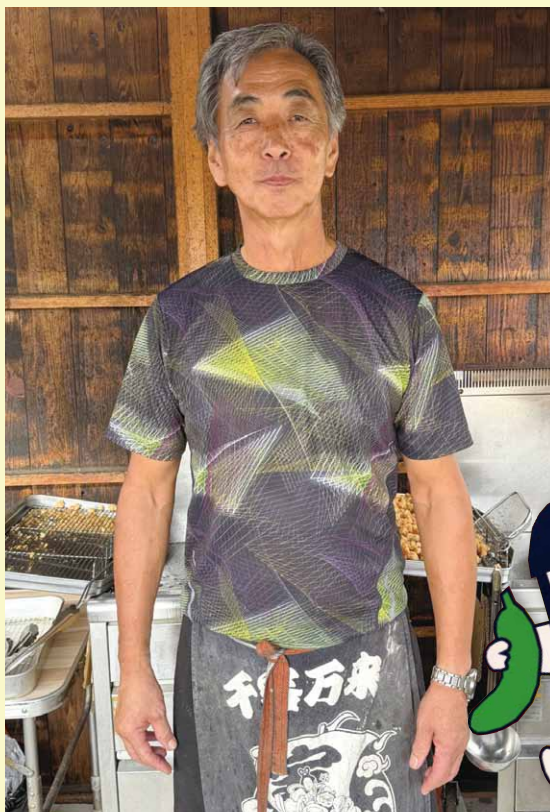
クイズの答えが分かった方は、ハガキに左記の項目をご記入のうえ、JAたがわ総務部管理課までお送りください。抽選で粗品進呈。発表は、粗品発送にてかえさせていただきます。

★締切日

11月17日(月)

## 直売所生産者紹介

原田 公介さん  
(田川市伊田 63歳)



かながわ直売所店舗前にあるテナントにて、毎週水曜日に「唐揚げ公之鶏」として出品しております。一度食べるとやみつきになると評判の唐揚げは、多くのお客様に毎週ご購入いただいております。大変好評です。また、店舗内では「かしわめし」や

総菜も販売していますので、お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りのうえ、お問い合わせ下さい。



## 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。

●健康百科はいつも参考にしています。柿にカリウムが多く含まれていることを知り、新しい発見ができて嬉しく思いました。さらに、かながわ直売所で開催される秋の収穫祭にも行ける予定なので、今からとても楽しみにしています。

【赤村：T・S様】

●毎号掲載されているパズルで頭の体操を楽しみにしています。ボケ防止にも役立つので、とてもありがたいです。

【田川市：M・T様】

●フィッシング詐欺は本当に怖いですね。毎日のように怪しいメールが届くので、基本的には無視しています。ただ、パソコンの場合は手口がとても巧妙なため、注意しないと騙されそうになるので、特に高齢者にとっては、こうした詐欺への対応がとても大変です。

【糸田町：T・S様】

●JAたがわ農業まつりは、工夫が凝らされた楽しいイベントだ

と思います。中でもビンゴ大会が楽しみで、ぜひ景品を当てたいです。

【福智町：S・T様】

●農業まつりが楽しみです！

【田川市：K・A様】

●毎号、クロスワードパズルで頭を使う楽しさと、トピックスや生産者などを参考にしています。

【福智町：O・H様】

《お便り誠に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。



# 家族で楽しむおいしい一皿 | 旬のダイコンを使ったレシビを楽しもう



＼ ダイコンが主役のボリュームおかず /

## 薄切り豚バラ大根

**材料 (2人分)**  
 ダイコン …………… 1/2本    だし汁(かつおだし) 350ml  
 豚バラ肉(薄切り) …… 200g    砂糖 …………… 大さじ1  
 ショウガ(薄切り) …… 1片    しょうゆ …………… 大さじ2  
 ごま油 …………… 大さじ1/2    酒 …………… 大さじ2

### 作り方のアイデア

落としぶたはクッキングシートで代用できます。だし汁はだしパックを使い、だしを取りながら煮るとお手軽です。③でだしパックと水を入れて煮込み、最後に取り出します。

### アレンジ

● ショウガを千切りにして  
辛味を引き立たせ大人向けに

### 作り方

- ① ダイコンは皮をむき、5mm幅の半月切りにする。豚バラ肉は2cm幅に切っておく。
- ② 深めのフライパンまたは鍋にショウガとごま油を入れて火にかけ、豚バラ肉を入れて炒める。豚バラ肉の色が変わったらダイコンを入れて2分炒める。
- ③ だし汁と砂糖を入れ、落としぶたをして弱火で10分煮る。ダイコンにすつと箸が刺さるようになったらしょうゆと酒を入れ、時々かき混ぜながら10分煮て出来上がり。

台湾では朝ご飯で食べることも  
子どももパクパク食べられます

## 大根餅

### 材料 (2人分)

大根おろし …………… 100g    塩 …………… 1つまみ  
 小ネギ …………… 2本    ごしょう …………… 少々  
 白玉粉 …………… 50g    ごま油 …………… 大さじ1  
 サクラエビ …………… 3g    酢じょうゆ …………… 適量

### ポイント

ダイコンの水分量は季節や品種で差があるため、程よくまとまるように調整してください。白玉粉がなくても、片栗粉と小麦粉を半分ずつ使うなどで代用できます。

### 作り方

- ① 大根おろしは茶こしなど目の細かいもので水気を切る。小ネギは小口切りにしておく。
- ② ごま油と酢じょうゆ以外の材料をボウルに入れ、よく混ぜてから一つにまとめる。4等分にして平たく成形する。水気が足りない場合は大根おろしの水分を入れ、まとまりづらい場合は白玉粉(分量外)を加える。
- ③ フライパンにごま油をひき、並べて中火で焼く。3分焼いて焦げ目が付いたらひっくり返して同様に焼く。カリッとするとまで何度かひっくり返す。
- ④ 皿に盛り、酢じょうゆを付けていただく。

### アレンジ

● 溶けるチーズを入れる  
● 酢じょうゆに砂糖を入れる



# 今月のあなたの運勢 2025年 11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。コンピューター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/>

|                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>♈ 牡羊座</b><br>(3/21~4/19)<br><b>【全体運】</b><br>スタートは多少もたつきませんが徐々にスピードアップ。自然のリズムを大切に。大きな買い物は慎重に下調べを<br><b>【健康運】</b><br>しっかり準備運動すればハードなスポーツもOK<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>シュンギク | <b>♉ 牡牛座</b><br>(4/20~5/20)<br><b>【全体運】</b><br>勢い余ってのミスに気を付けて。結論を急ぎたいときほど丁寧に検討を。うまい話は特によく調べよう<br><b>【健康運】</b><br>痛みのケアにはつぼ押しやマッサージが有効<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>セロリ           | <b>♊ 双子座</b><br>(5/21~6/21)<br><b>【全体運】</b><br>イラッとするが増えそう。思い通りにならなくてもいつものペースを崩さないように。平常心が成功の鍵<br><b>【健康運】</b><br>張り切り過ぎてダウンしないようペース配分を<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>小松菜         | <b>♋ 蟹座</b><br>(6/22~7/22)<br><b>【全体運】</b><br>運勢は好調。大きな進展が期待できます。自分の意見をはっきり伝えましょう。意志を示すと開運につながります<br><b>【健康運】</b><br>ヨーグルトや納豆で腸活。野菜もたくさん食べて<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>ナガイモ     | <b>♌ 獅子座</b><br>(7/23~8/22)<br><b>【全体運】</b><br>一度ストップがかかっても再挑戦の機会に恵まれます。諦めずに続けることが大事。味方は意外と近くにあります<br><b>【健康運】</b><br>スポーツを楽しむ好機。新しい方法を試すのも吉<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>カレイ | <b>♍ 乙女座</b><br>(8/23~9/22)<br><b>【全体運】</b><br>あれこれ考え過ぎない方がいいようです。シンプルにいきましょう。玄関の掃除は念入りに。よく眠れる枕が◎<br><b>【健康運】</b><br>油断は大敵。早寝早起き朝ご飯で健康維持を<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>サトイモ    |
| <b>♎ 天秤座</b><br>(9/23~10/23)<br><b>【全体運】</b><br>おいしいものを食べて元気を回復。紅葉狩りやコンサートに行くのもお勧めです。少し遠くまで足を延ばすのも◎<br><b>【健康運】</b><br>友人とのおしゃべりでストレス発散。散歩も吉<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>干し大根  | <b>♏ 蠍座</b><br>(10/24~11/22)<br><b>【全体運】</b><br>勢いがあります。逆転運があるので状況を変えたいなら大きく打って出ましょう。変えたくないならガードを固めて<br><b>【健康運】</b><br>腹も身の内。バランス良く食べ、食べ過ぎには注意<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>食用菊 | <b>♐ 射手座</b><br>(11/23~12/21)<br><b>【全体運】</b><br>思うようにならない事態に変化が訪れます。主導権を握れますが反動もあります。マイナス面も覚悟してGO!<br><b>【健康運】</b><br>目の疲れを甘く見ないで。頭痛、歯痛は早めに対処を<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>ナメコ | <b>♑ 山羊座</b><br>(12/22~1/19)<br><b>【全体運】</b><br>運勢は順調。困っていたことが動き始めます。若い人の意見は聞いてみる価値あります。斬新な発想が前進の秘訣(ひけつ)<br><b>【健康運】</b><br>足湯や入浴で血行を促進。爪のケアも丁寧に<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>西洋梨 | <b>♒ 水瓶座</b><br>(1/20~2/18)<br><b>【全体運】</b><br>壁を感じやすいときです。ただ、その壁は越えるためにあります。一度立ち止まって状況を精査し再考しましょう<br><b>【健康運】</b><br>血液がサラサラになる食材をたくさん食べると◎<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>カツオ | <b>♓ 魚座</b><br>(2/19~3/20)<br><b>【全体運】</b><br>運勢は好調。追い風に恵まれ多くのことはなんとかなります。強気でいきましょう。下旬からは慎重にペース調整を<br><b>【健康運】</b><br>カルシウムをしっかり取って。筋力トレーニングが吉<br><b>【幸運の食べ物】</b><br>ネギ |

