

たがわ

グリーンハート

— 獲らぶ TAGAWA —
2026年
3月



第1期 組合員大学閉校式

JAたがわでは、令和8年1月15日(木)、本所3階大会議室にて、第1期「組合員大学」の閉校式を執り行いました。

昨年8月に開校した本大学は、協同組合の理念を深く理解し、地域農業とJA運動を支える次世代リーダーを育成することを目的としてスタートしたものです。

受講生は協同組合論やリーダーシップ論、農業・農政に関する最新動向など、多岐にわたるテーマで約5ヶ月、全7回の講義を受講しました。さらに、税務研修や視察研修会も実施し、座学だけでなく、現場での実践や農業経営において必要な知識を習得する機会となりました。また、受講生同士の交流も深まり、互いに刺激を受けながら学び合う充実した期

間となりました。

閉校式では、田中組合長より一人ひとりに修了証書が手渡されました。組合長はあいさつの中で、「人口減少に伴い組合員数が減少し、集落内での合意形成がますます難しくなる中、皆さんが学んだ知識と経験を活かし、地域を支えるリーダーとして活躍してほしい」と力強い激励の言葉を贈りました。

閉校式後は、役員との意見交換が行われ、懇親会の場においても受講生が真剣に役員と意見を交わす姿が見られ、頼もしさを感じるひとときとなりました。

JAたがわでは、今回の取り組みで得られた成果を踏まえ、来期以降も「組合員大学」を継続し、地域を支える人材育成に一層力を入れていく考えです。



ナス部会通常総会

J A たがわナス部会（太田英樹部会長）は、1月13日（火）に川崎集荷場会議室で令和7年度第11回通常総会を開催しました。総会では第1号

議案から第2号議案までが審議され、いずれも可決されました。

荷による有利販売を目指します。さらに、全農ふくれんのパッケージセンターを活用し、省力化にも取り組みます。

同部会は部会員16名、栽培面積83aで活動しています。令和8年度の生産面では、栽培講習会の開催や情報交換を通じて、時期に応じた管理技術の支援を行う予定です。販売面では、市場との連携を密にし、安定出



アスパラ部会総会

J A たがわアスパラ部会（柳武隆部会長）は、1月27日（火）に川崎集荷場会議室で総会を開き、

第1号議案から第2号議案までを審議し、すべての議案が承認されました。

産技術向上にも力を入れて取り組む方針です。

現在、部会には15名が所属し、栽培面積は222aです。令和8年度は、遊休施設の活用やリース事業の導入により、新規就農者の受け入れや既存農家の栽培面積拡大を進めていきます。また、部会員全体の生



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

記帳会は1月22日(木)から2月10日(火)までの平日12日間、各支所で行われました。

また、申告会は2月12日(木)より3月4日(水)までの平日12日間、各支所にて順次開催

します。この中で、青色申告会員176名の税務申告に関する相談や記帳方法、申告手続きなどが行われる予定です。



JAたがわ青壮年部視察研修会

JAたがわ青壮年部(富士本 稔部長・26名)は2月2日(月)から3日(火)にかけて鹿児島県内で視察研修を行いました。視察先は、垂水市、指宿市、知覧町の農家を訪問しました。鹿児島県内各地に農場を

経営を続けている若手経営者の考えや思いを聞くことで、自分の経営に生かせるヒントが必ずあると思います。それを見つけて出し、今後の経営に役立ててほしい。」と話していました。

構え、農作業を中心に農産加工や出荷業務など幅広い取り組みを行っている経営体を対象に、圃場、農業加工施設、直売所の計3カ所を視察し、工場見学も実施しました。

研修を終え、富士本部長は「現在、資材高騰などの影響で農業経営は厳しい環境にありますが、その状況下でも工夫しながら



農機燃料課よりお知らせ

農作業用 **軽油** キャンペーン!

令和8年3月2日(月)～6月19日(金)まで

※ご注文は **農作業用軽油(軽油及び免税軽油)** が、**1ℓ** 当り店頭価格より



2円引!

数量 **100ℓ** 以上が対象です。

※また、**農作業用軽油のみ**、この期間限定で **配送料(1ℓ/5円)** は頂きません。

灯油につきましては配送料を頂きますのでご了承ください。

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

※予約制(予約優先になります!) ※作業時間は15分程度です!

オイルキャンペーン

(ガソリンオイル:1L税込)

5W-30 通常1,400円→1,200円

0W-20 通常1,700円→1,500円

※料金は車種によって違います。

(ディーゼルオイル:1L税込)

10W-30 通常1,400円→1,200円

期間 **3/2(月)～3/31(火)**

特典 通常価格より
オイル1ℓ当たり
200円 引き

特典
オイル交換の方に
粗品プレゼント!

特典 **オイル交換
工賃無料!!**

オイル交換の目安は前回交換から

5,000km または **6か月**

お客様の愛車にピッタリのオイルをご準備いたします。
お気軽にスタッフにお申し付けください!

※お問合せは最寄りのSS迄お願いいたします。

JAたがわ 添田SS TEL. 82-0068

JAたがわ 採銅所SS TEL. 32-4684

JAたがわ 金川SS TEL. 46-1275



JAたがわ農機燃料課



春の農作業安全確認

田植えや畑作業に向け、春の農作業が本格化する時期となりました。

春は農作業中の事故が多く発生する傾向があることから、毎年3月から5月までを「農作業安全運動月間」としています。

県内の過去の事故事例では、機械の操作誤り、無理な作業、安全確認の不足が主な原因として挙げられています。

トラクターなどの農業機械に乗る際は、シートベルトとヘルメットの着用を徹底し、走行中の転倒・転落に十分注意しましょう。

また、農作業を行う際は、こまめな休息と水分補給を心がけ、家族や近所同士で声を掛け合いながら、初心に立ち返り、心にゆとりをもって安全に作業を進めましょう。左記の点を今一度ご確認ください。

その作業、危険です!

農作業事故の事例と対策

トラクター

事故事例

①ほ場進入路での転落事故

概要

トラクターでほ場に向かったところ、草が茂り、ほ場進入路が良く見えないまま進入してしまい、法面から機械ごと転落し、頭部強打により死亡。

考えられる原因

- ①ほ場進入路に対して斜めに進入した
- ②農道の環境整備ができていなかった
- ③安全フレームやシートベルト・ヘルメットを正しく装備・装着していなかった



②整備中の巻き込まれ事故

概要

畑をロータリーで耕していたとき、詰まりがあり、作業補助員が除去していたところ、いきなり回転し始め、服の袖が挟まり体ごと巻き込まれて、死亡。

考えられる原因

- ①点検時にエンジンを停止していなかった
- ②服装をきちんと整えていなかったため、作業機に巻き込まれてしまった

対策



環境整備・安全装備はしっかりしていますか?

- 事前に危険箇所を確認し、障害物の除去等を行いましょ。
- トラクターに乗る時はヘルメット・シートベルトを装着しましょう。
- トラクターは安全フレーム(もしくは安全キャブ)が装着されたものを使用しましょう。安全フレームは折りたたまず、しっかり立てた状態で走行しましょう。



点検・整備は必ずエンジンを止めて!

- トラクター・作業機の点検整備時は必ずエンジンを切り、駐車ブレーキをかけ、油圧ロックをした状態で平地で行いましょう。
- トラクターを始動・発進するときは人や障害物がないか周囲の安全を確認しましょう。作業者が近くにいる時は、離れた位置から作業開始の合図を行いましょ。



農作業事故の事例と対策

刈払機

事故事例

①飛散物との衝突事故

概要

作業中に鉄製のアングルに刈刃が当たってチップが欠け飛び、目を負傷

作業前に環境の点検をしていなかった



②傾斜地・法面での事故

概要

法面の草刈り作業中に足が滑り刈払機ごと転がり落ち、足を負傷

- ・スパイク靴を履いていなかった
- ・長時間の作業で疲労していた



対策



- ① 刈刃、飛散物防護カバー、肩掛けバンドやハンドルを正しく装着
- ② 作業前には地面の異物・障害物を除去
- ③ 作業時は15m以内の人に近づけない
- ④ 傾斜地での作業は足場を確認
- ⑤ 刈刃への巻き付きは必ずエンジン停止
- ⑥ 定期的な休憩

ヒヤリハット共有

今すぐできる、安全対策

農業現場で起きたヒヤリハットの事例を集めて、原因・対策を考えることで重大事故を防ぎましょう!

1 事例を洗い出しましょう!

作業や農業機械の種類ごとに、5W1H(いつ、どこで、だれが、何をしたら、どうなった)を意識し、事例を書き出しましょう。



2 原因と対策を考えましょう!

①人的要因②環境③機械や用具④作業方法ごとに、原因と対策を考えてみましょう。

- 例
- ①ヘルメットをかぶっていなかった
 - ②急進の照明が暗く、点検箇所が良く見えなかった
 - ③作業機の変形箇所にかバーがなかった
 - ④十分に作業機の位置を高くあげていなかった

3 すぐに行いましょう!

すぐに対策できるものから取り組みましょう。

- 例
- ✓ 作業時にはヘルメットをかぶる
 - ✓ 点検時には、作業機を高い位置に上げ、スタンド等で固定してから作業する
 - ✓ 突起箇所のカバーを購入する
 - ✓ 急進の電球を更新する

ヒヤリハットを共有することで、自分だけでは気づけなかった危険箇所気づくだけでなく、日頃から危険箇所を探すなどの安全意識向上につながります。家族、従業員、周辺の農業者の方々と話し合いの機会を設けてみましょう!

あなたも **切り花ケイトウ**、栽培してみませんか？

ケイトウってどんな花？



久留米ケイトウ「麗炎」

- ◎ 露地で栽培でき、盆や彼岸の需要期に合わせて作付け。
- ◎ 冬野菜等と組み合わせて栽培可能！
- ◎ 田川では、久留米ケイトウ「麗炎」の生産が盛ん。
- ◎ 赤色以外にオレンジ、ピンク、黄色系の品種もある。
- ◎ JAたがわケイトウ部会があり、技術面のサポートが手厚い！

夏場の導入品目 におすすめ!!

作型表

作型 \ 月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
8月盆出し					●	▲	—	《	》			
9月彼岸出し						●	▲	—	《	》		

●：播種 ▲：定植 《》：収穫期

栽培の流れ（8月盆出しの場合）

- **4月下旬～5月上旬：播種**
- **5月下旬～6月上旬：定植**
 - ◎ 苗はセルトレーでの自家育苗またはJAたがわ育苗センターの注文苗で調達（1セルに2粒播き）。
 - ◎ 定植作業は時間がかかるため、労力を確保する必要がある。
 - ◎ 定植～活着までの初期かん水が重要。
- **6月中旬～7月下旬：かん水、追肥、防除**
 - ◎ かん水は、かん水チューブや畝間かん水等により実施する。
 - ◎ 液肥を活用し、肥料切れを防止する。
 - ◎ 定期的な農薬散布によるヤガ類の防除を心掛ける。
- **8月上旬～中旬：収穫、調製、出荷**
 - ◎ 開花して花首が固くなったら、収穫。
 - ◎ 盆前の10日間に出荷を集中させるため、労力が必要。
 - ◎ 規格に合わせて長さを調製後、下葉を落として束ねる。水揚げ後、出荷箱に入れて出荷する。
 - ◎ 直売所へ出荷する場合は、ラッピングして出荷。



必要な道具類

支柱、フラワーネット、穴あきマルチ、収穫カマ、出荷箱、水揚げ用おけ など

ご興味のある方、詳しくお話を聞きたい方は、
以下の関係機関へお気軽にご相談ください!!

JAたがわ 園芸畜産課 ☎ 0947-42-0592
田川普及指導センター ☎ 0947-42-1428

2 オオムギ網斑病

大麦にのみ発生します。種子伝染及び罹病残渣で伝染し、ほ場で生育中に二次伝染することで、出穂期以降に急激に蔓延します。病斑は、主に葉と葉鞘に発生します(図3)。微細な斑点から始まり、次第に網目状の暗褐色の病斑となり、周縁部は黄化し、子実は暗褐色となります。病斑は下位葉から上位葉、子実へと広がります。

発芽時の感染適温は10~15℃であるため、播種時期が遅れると発生が多くなります。また、窒素及びリン酸の多施用は発病を助長するので、注意しましょう。

発生を確認した場合、表1のとおり防除を行きましょう。

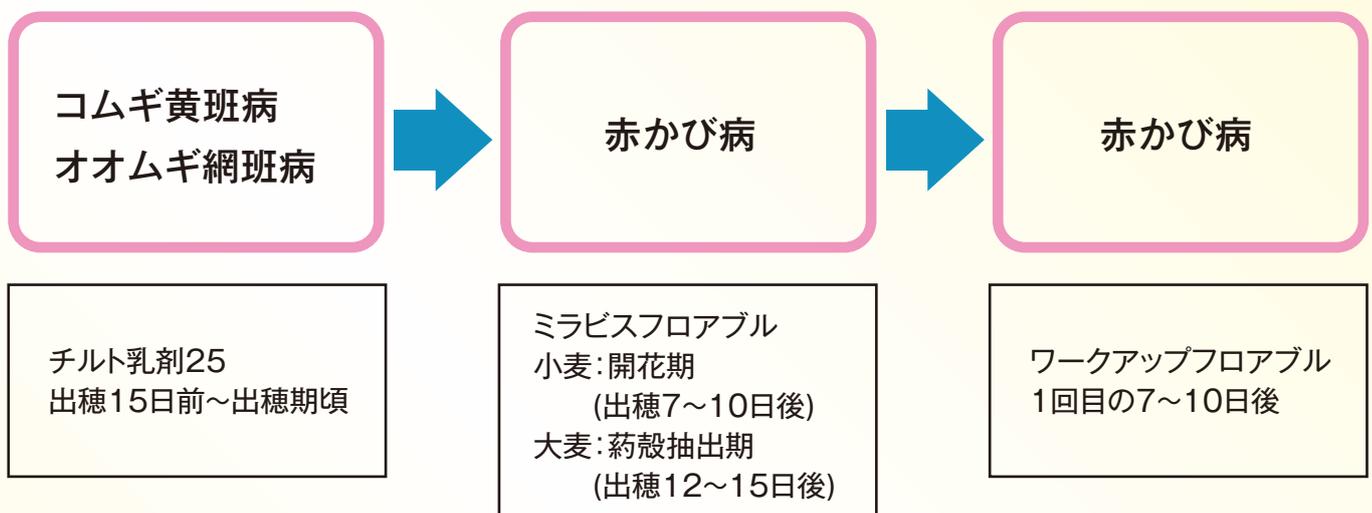


図3葉の病徴



図4初期病徴

◇基幹防除体系(例)



チルト乳剤は、赤かび病に登録はありますが、カビ毒低減効果はないため、黄班病、網斑病の薬剤としてのみ使用しましょう!

3月号は

「麦の管理について」です。

コムギ黄斑病・オオムギ網斑病は、葉が枯れる病害です。令和6年産の麦では発生が多く、止葉まで枯れたことで充実不足となり、減収の一因となりました。3月下旬は防除適期です。ほ場を見回り、発生を確認した場合は防除しましょう！

コムギ黄斑病・オオムギ網斑病は、土壌伝染するため、昨年発生したほ場は、今年も発生が懸念されます。罹病茎葉が残存しやすい「大豆→麦」体系のほ場では、特に注意して見回しましょう。

1 コムギ黄斑病

小麦の葉及び稈にのみ発生します。最初、葉に黄褐色楕円形の小さな斑点を生じ、のちに拡大して灰褐色、楕円形～紡錘体の病斑となります。さらに、隣接する病斑と癒合して、周辺部が淡黄色となり、葉先の部分が褐色に枯れます(図1)。

冬期の茎立ち前となる1月頃から発生し、出穂期となる4月中旬頃から上位葉へと病斑が拡大します(図2)。病斑が多発しているほ場は、出穂期までに表1のとおり防除を行いましょう。



図1 葉の病斑

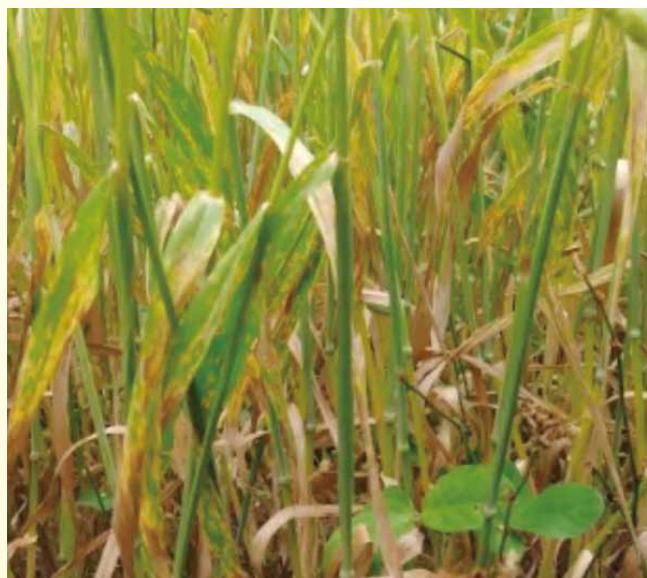


図2 葉の病斑(出穂期以降)

表1 防除の例

	薬剤名	希釈倍率	散布量 /10a	小麦(コムギ黄斑病)		大麦(オオムギ網斑病)	
				出穂後回数	収穫前日数	出穂後回数	収穫前日数
通常散布	チルト乳剤25	1,000倍	60~150ℓ	3回まで	3日前まで	1回まで	21日前まで
ドローン	ワークアップフロアブル	10~16倍	0.8ℓ		7日前まで	3回まで	7日前まで

※薬剤の収穫前使用回数には十分注意しましょう。



生産者インタビュー

専業農家 白石 誠さん(40)

【添田支所管内】



「農業を始めたきっかけは、学生の頃から農業に興味を持っていたことです。その中、添田町が農業実践塾を行うという情報を聞き、迷わず応募しました。2年間の実践を通じて栽培経験を積んだことが、現在の基礎になっています」と話す誠さんは、中元寺みらい農業(株)の取締役として7年目を迎え、季節に合わせた露地野菜の栽培に取り組み、キャベツ、白菜、ブロッコリーをはじめ、春はサニーレタスやグリーンボール、夏にはキュウリ、ナス、ピーマンなど、年間を通して多彩な野菜を育てています。

「露地野菜の栽培は、悪天候が続くと野菜の生育だけでなく単価にも影響するほか、物価高騰も重なり人件費にも打撃を与えます。自然環境が相手とはいえ、非常に大変です。また、鹿や猪などによる獣害対策として柵を張っていますが、その維持にも大きな苦勞が伴います」と、日頃のご苦勞を話してくれました。

「農業をやつてよかつたと思う瞬間を尋ねると―

「野菜を育てることそのものが、とにかく

楽しいです。また、丹精込めて育てた野菜が、みなさんの食卓に並ぶことが、農業を続けていて本当によかつたと思います」と話してくれました。

―最後にひとこと―

「添田町獣害対策猟友会の一員として、自然豊かな耕作地を守っていきます。組織として、また農業者としても、高齢化や継承者不足による耕作放棄地の増加といった課題に向き合いながら、規模拡大や農機具の導入を進め、この田園を絶やすことなく、持続可能な農業を続けていきます。農業に興味ある方、また一緒に働いてみたい方がいらつしやいましたら、どうぞお気軽にお問合せください。【連絡先】0947-314036(平日9:00~16:30)皆さまからのご連絡お待ちしております!!」と終始笑顔で話してくれました。

誠さん、専業農家として
今後の農業発展のため
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。

ベランダでも育てられる みんなのコンテナ菜園

写真・文：園芸研究家●淡野一郎

写真 ©ICHIRO AWANO

ハツカダイコン(ラディッシュ)

栽培期間が短く手間いらず
色や形のバラエティーが豊富

ハツカダイコンは、ダイコンの仲間で、ダイコン同様に原産地は中央アジアとされています。大きなダイコンが中国で発達したのに対して、ハツカダイコンはヨーロッパで発達して日本へやってきました。

名前の通り、根は驚異の速さで太り、最短で30日も満たず収穫できます。ただ原産地では冬は氷点下に、夏は30度以上になり乾くので、これら不良な季節は種や太らせた根の形で乗り切ります。そのため厳冬期と真夏は栽培できません。種まきから収穫までは、35~45日ほどですが、晩春と初秋まきは生育が早く25~30日、生育の遅い早春まきでも50~60日ほどです。

さまざまな形や色の品種があるのも特徴で見た目も楽しい野菜です。根長は根部が長い円錐形の品種でも12cmほどなので5L程度の小型プランターで十分栽培できます。



「さくらんぼ」
きれいな球形で、濃い赤色の最短25日ほどで収穫できる早生品種

【基本情報】

- 分類: アブラナ科ダイコン属
- 生育適温(気温): 15~20度
- 原産地: 中央アジア(諸説あり)
- 日当たり: 日なた
- 発芽適温(地温): 15~25度
- 好適pH: 5.5~6.5

【病害虫情報】

キスジノミハムシ: 葉に小さな穴を多数開ける。種まき直後から目合い1mmほどの防虫ネットで防ぎ、成虫は捕殺する。
アブラムシ類: 葉や茎に群生し汁を吸い、ウイルス病も媒介する。不織布や防虫ネットで予防し、発生したら早めに薬を散布する。

ハツカダイコンの栽培方法

1 種まき

小型プランター(5L)へ、化成肥料(NPK各成分8-8-8)約28gを混ぜた土を入れる。8cm間隔で2列、深さ1.5~2cmのまき穴を株間が5cmになるようペットボトルのふたなどで開ける(写真1)。収穫する根の大きさは株間の広さによって変わるので、大きくしたい場合は株間を広くする。まき穴1カ所に種を4~5粒まき(写真2)、土をかけた手で押さえ、しっかり水やりする。日当たりの良い所で栽培し、徒長を防ぐ。

種まき直後から防虫ネットのトンネルがけや不織布をべたがけて害虫防除に努める。また、晩秋から早春(10月中旬~3月上旬)の種まきは気温が低いので、支柱をして園芸用フィルムのトンネル(写真3)で保温して出芽や生育を促す。

ポイント | 発芽適温で一斉に出芽させる。

2 間引き

出芽は3日ほど。子葉が開いた頃に間引きして1カ所3株に(写真4)、本葉2枚の頃(写真5)に1株に間引く。間引きの際に株がぐらつくならば、周りの土を寄せるか新たに足す。本葉が開いてからは気温の高い時期は30度以上にならないようにする。

肥料は元肥のみで栽培するが、葉の色が薄いときは500倍程度に薄めた液肥を施す。

ポイント | 間引きは適期に2回する。

※温暖地を基準に記事を作成しています。



3 収穫

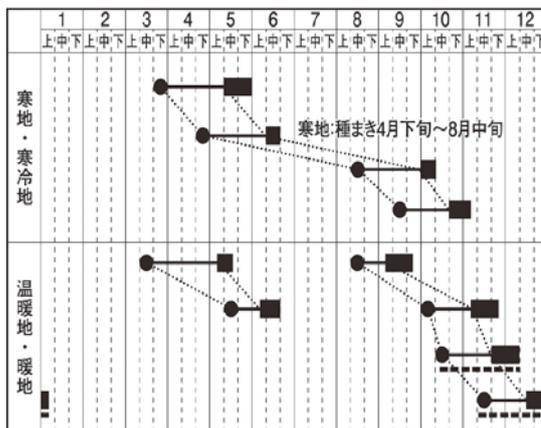
本葉が5~8枚、根径が2~3cmになったら収穫する(写真6)。収穫に適した期間は7日ほどで、特に春や秋は3日ほどと短いので採り遅れに気を付ける。葉柄部分を折って断面に小さな穴が開いていると根にスが入っている※(写真7)。

※内部がスポンジ状にスカスカになっている状態のこと

ポイント | 収穫は遅れずスが入る前に行う。



栽培カレンダー

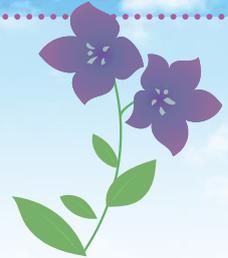


葬儀の事前相談 承ります。

来館者には
粗品を進呈
致します。



JA田川やすらぎでは、
突然の葬儀にも安心してご利用いただけるよう、
ご葬儀の質問や疑問、費用の見積りなど
わかりやすく説明させていただきます。



やすらぎ会館はどなたでもご利用になれます。



JA田川
やすらぎ
伊加利会館



伊加利会館／事前相談や見学等**随時受付**しております。

JA田川
やすらぎ
福智会館



福智会館／事前相談や見学等**電話予約で受付**しております。

JA田川 やすらぎ

●伊加利会館／0947-42-9341
田川市大字伊加利 2191-7

●福智会館／0947-22-9090
田川郡福智町金田 1024-1

フリーダイヤル ☎ 0120-494-956

組合員資格のご確認と 異動手続きについて大切なお知らせ

JAたがわでは、定期的に組合員の皆様に組合員資格の確認を行っております。組合員資格につきましては、次の項目に該当する場合、手続きが必要となりますので、ご確認をお願いします。

確認事項

- ①お名前、ご住所を変更された方
- ②正組合員から准組合員への資格変更が必要となる方
 - ・農業経営を辞めた方
 - ・1年の内、**60日以上**農業に従事しなくなった方
 - ・農業経営を辞めた法人

※自家菜園程度の農耕は除きます
- ③准組合員から正組合員への資格変更が必要となる方
 - ・農業経営を始めた方
 - ・1年の内、**60日以上**農業に従事する方
 - ・農業経営を始めた法人
- ④組合員資格を持っている方が死亡された場合



上記のいずれかに 該当した場合

- ①に該当・・・**名義変更届**の提出が必要です。
- ②、③に該当・・・**資格変更届**の提出が必要です。
- ④に該当・・・**相続の手続き**が必要です。

〈正組合員の資格〉

平成30年10月1日より、多様な担い手を正組合員として位置づけるため、耕作面積要件の削除、農業従事日数90日から60日に短縮され、正組合員資格要件が緩和されました。

■ 上記に該当する組合員の方や内容等についてのお問い合わせにつきましては、各支所までお願い致します。

理事会報告

令和8年1月30日(金)

【報告事項】

- (一) 令和7年12月末実績報告
- (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) 反社会的勢力対応及び疑わしい取引の届出状況に関する定期報告
- (五) マネーロンダリング・テロ資金
供与対策にかかる取引状況について
- (六) 余裕金運用状況四半期報告
- (七) ATMの廃止について
- (八) 農業振興委員会報告



土筆摘む
あちらこちらで
時忘れ

太田 輝久

庭の木々
蕾嬉しや
木の芽風

原田 祥二郎

今月の一句

健康百科

おいしく食べて美しく
春の食材で肌トラブル対策

栄養士
吉田 理江

初ガツオ
タンパク質が不足すると、肌の張りの低下や乾燥の原因になります。春が旬の初ガツオは、肌のもととなる良質なタンパク質が豊富です。さらに初ガツオには代謝を助けるビタミンB6やナイアシンが多く、肌荒れやニキビ予防にも役立ちます。鉄も含まれ血行

アスハラガス
旬のアスハラガスには、美肌づくりに欠かせないビタミンCとビタミンEが豊富に含まれています。ビタミンCはコラーゲンの合成を助ける働きがあるため、張りのある肌を目指す人にお薦めです。ビタミンCの抗酸化作用により細胞の老化防止効果も期待できます。ビタミンEは血行を促し、くすみ改善効果が期待できる栄養素です。またアスハラギン酸が代謝を高め、肌のターンオーバーを整える働きがあります。ビタミンCとビタミンEは水溶性・脂溶性のどちらの性質も持つため、ゆでる際は短時間にし、オリーブ油で炒めると吸収率が高まるでしょう。

ソラマメ
ソラマメには、肌のハリア機能を支えるビタミンB群が豊富に含まれています。特にビタミンB2は皮膚や粘膜を健康に保ち、肌荒れ予防の効果が期待できます。さらに亜鉛が肌の修復を助け、内側から肌の調子を整えるでしょう。塩ゆでの他、スープにしてもおいしく食べられます。



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。

春の肌トラブル対策には、旬の食材を使った食事に加えて、十分な睡眠・紫外線対策が欠かせません。旬の食材をおいしく食べて、美肌を目指しましょう。

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

- お雛様にひな——をお供えした
- 力士が土俵にまくもの
- オーストリアの首都
- 眉間に寄せるもの
- スケジュール帳に書き込みます
- は小説よりも奇なり
- 、雷、火事、親父
- タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- 出身校をこういうことも
- パーが紙ならチョコキは
- ショートケーキの真つ赤な彩り果実
- 鳴門海峡には大きなものが発生
- 神社の参拝時に鳴らすこともあります



2月号の答え ▼ ゴウカク

タテのカギ

- 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取ったチューナーで選局して聞きます
- わんこそばはやじやじや麺で知られる県
- 精算するために並びますアルファベットの7番目
- 通知表ともいいます。走ること。
- ウイニング——
- 日本庭園の池に似合う魚
- 熱波師が活躍しているところもあります
- 糖度計の——を
- 読み取った
- 夫婦——で旅行に行ったり

1	6	9		14	18	21
	B					
	7		11		19	
2			12	15		
			10			
3	8				20	
4			13	16		
5				17		
						A

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・感想をお書き添えてください。

85 〒825-8588
田川市伊豆 6-5-50
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

3月16日(月)

直売所 出荷者紹介

直売所内テナント グッドミート九州

福田 陽子さん (49歳)

直売所店内の精肉店にて、毎日元気に対面販売を行っています。お近くをお通りの際は、ぜひ一度ご賞味ください。

毎週日曜日と金曜日には、旧あゆみ工房直伝のバラ寿しやお餅も受け継いで販売しております。



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。

●先月号に、令和8年度の定期

積立旅行の案内が掲載されてきました。私はここ数年、毎回参加していますが、他町村の方々と一緒に話す機会もあり、いろいろなお話が聞けてとても楽しいですよ。これまでも参加されたことのない方も、ぜひ一度参加してみたいかがでしよつか。

【糸田町：T・S様】

●女性部活動で、寄せ植えや生け花の講習会に興味を持ちました。また、健康百科は体に役立つ内容が多いので、これからも続けて読みたいと思います。

【大任町：M・S様】

●家族で楽しむおいしい一皿を見て、恵方巻を自分好みに作ってみました。ほうれん草、たくあん、牛肉、ニンジンなどを入れましたが、キンパ(韓国風太巻き)にはかなわないもの、あつさりしていて美味しかったです。巻き方など、とて

も参考になりました。

【福智町：S・Y様】

●健康百科を活用しています。

【田川市：N・K様】

●家で料理をすることが多いのですが、つい同じ料理ばかりになってしまいますので、家族で楽しむおいしい一皿が参考になりました。

【福智町：S・T様】

●健康百科のコラムを毎号楽しみに拝読しており、とても役に立っています。

【赤村：N・M様】

《お便り誠にありがとうございます。これからも皆様が見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 | 目にも体にも優しい、野菜の彩りを楽しむ料理



＼ ブロッコリーの栄養を逃さず食べる春色パスタ /

ブロッコリーのオイル蒸しと

しらすの Pasta

- 材料の人数**
- ブロッコリー …… 1株(200g)
 - ニンニク …… 2片(10g)
 - 唐辛子(お好みで) …… 少々
 - オリーブ油 …… 大さじ2
 - 水 …… 2L+300ml
 - 塩 …… 大さじ1+2つまみ
 - パスタ …… 200g
 - しらす …… 20g
 - こしょう …… 少々

ポイント
ブロッコリーをくたくたになるまでゆでるのがポイントです。味見して塩味が足りなければパスタのゆで汁を少し加えましょう。

- 作り方**
- 水(2L)に塩(大さじ1)を入れて沸かしておく。ブロッコリーは小房に分けて、軸は外側をむいて細かく切る。ニンニクはみじん切りにする。
 - ニンニク、唐辛子、オリーブ油をフライパンに入れて弱火で加熱する。香りが出てきたらブロッコリー、水(300ml)、塩(2つまみ)を入れてふたをし、中火でオイル蒸しにする。10分たったらフライパンの中でブロッコリーをよくつぶし、しらすを混ぜ合わせる。
 - パスタを袋に表記された時間通りにゆで、ゆで上がったら②に絡める。仕上げにこしょうとオリーブ油(分量外)をかけて出来上がり。

アレンジ

- しらすの代わりにアンチョビやたらこを使う
- レモンを搾ったり、粉チーズをかける

＼ 春ニンジンの甘さとスパイスを生かした養生デザート /

スパイスキャロットケーキ

材料(長さ18×幅8×高さ6cmのバウンドケーキ型1台分)

- ニンジン …… 150g
- 卵 …… 2個
- 砂糖 …… 90g
- サラダ油 …… 100ml
- 薄力粉 …… 120g
- ベーキングパウダー 小さじ1
- シナモンパウダー 小さじ1/2
- ミックスマツツ …… 30g
- ナツメグ …… 少々
- レーズン …… 30g
- チーズクリーム 40g
- 砂糖 …… 10g
- バター …… 10g

- 作り方**
- オーブンは180度に予熱しておく。バターとクリームチーズを常温に出して軟らかくしておく。ニンジンはすりおろしておく。薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。ミックスマツツは粗く刻んでおく。
 - ボウルに卵と砂糖を入れて泡立て器でよく混ぜる。サラダ油を少しずつ入れながら混ぜ合わせたらニンジン、レーズン、ミックスマツツを入れてさらに混ぜる。ゴムべらに持ち替えて①でふるった薄力粉とベーキングパウダー、シナモンパウダー、ナツメグを入れて切り混ぜる。
 - クッキングシートを敷いたバウンドケーキ型に流し込み、オーブンで35分程度焼く。竹串を刺して生地が付いてこなければ焼き上がり。網の上で冷ます。
 - チーズクリームの材料をよく混ぜ合わせて、冷めたケーキの上に塗り、冷蔵庫で30分ほど冷やして出来上がり。



ポイント
混ぜるだけでコッなく作れる簡単レシピです。春のニンジンは甘くてみずみずしく、スイーツにもぴったりです。

アレンジ

- ショウガやカルダモンなどお好みのスパイスを加える
- チーズクリームの代わりに、水切りヨーグルトに砂糖を入れて添える

今月のあなたの運勢 2026年 3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/>

<p>♈ 牡羊座 (3/21~4/19)</p> <p>【全体運】 運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう</p> <p>【健康運】 冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め</p> <p>【幸運の食べ物】 キュウリ</p>	<p>♉ 牡牛座 (4/20~5/20)</p> <p>【全体運】 周りの好意に甘えてしまつて◎。持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉</p> <p>【健康運】 有酸素運動を増やして。体調に好影響あり</p> <p>【幸運の食べ物】 ニラ</p>	<p>♊ 双子座 (5/21~6/21)</p> <p>【全体運】 駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで</p> <p>【健康運】 ウォーキングなど骨を丈夫にする運動にツキ</p> <p>【幸運の食べ物】 グリーンピース</p>	<p>♋ 蟹座 (6/22~7/22)</p> <p>【全体運】 朗報の予感がしています。今の状態で難しいなら新しい情報を求めるのがお勧め。研修や施設の見学などにツキ</p> <p>【健康運】 皆で楽しめるスポーツで体力もアップ!</p> <p>【幸運の食べ物】 ツマミナ</p>	<p>♌ 獅子座 (7/23~8/22)</p> <p>【全体運】 あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進</p> <p>【健康運】 油断大敵。いつもの健康習慣をしっかりと継続</p> <p>【幸運の食べ物】 パセリ</p>	<p>♍ 乙女座 (8/23~9/22)</p> <p>【全体運】 運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて◎</p> <p>【健康運】 無理は禁物。適度な運動と食事を心がけて</p> <p>【幸運の食べ物】 タケノコ</p>
<p>♎ 天秤座 (9/23~10/23)</p> <p>【全体運】 小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ</p> <p>【健康運】 発酵食品やたっぷりの野菜が健康の味方</p> <p>【幸運の食べ物】 タマネギ</p>	<p>♏ 蠍座 (10/24~11/22)</p> <p>【全体運】 好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に分かりやすく説明しましょう。味方を増やせます。宴会にツキ</p> <p>【健康運】 トレーニングの効果が出る時。ハードに鍛えて◎</p> <p>【幸運の食べ物】 シイタケ</p>	<p>♐ 射手座 (11/23~12/21)</p> <p>【全体運】 決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないように配慮を</p> <p>【健康運】 体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに</p> <p>【幸運の食べ物】 キウイフルーツ</p>	<p>♑ 山羊座 (12/22~1/19)</p> <p>【全体運】 楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりさらに招運!</p> <p>【健康運】 手を使う運動を取り入れて。脳が活性化</p> <p>【幸運の食べ物】 クレソン</p>	<p>♒ 水瓶座 (1/20~2/18)</p> <p>【全体運】 運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くの◎</p> <p>【健康運】 おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって</p> <p>【幸運の食べ物】 ウド</p>	<p>♓ 魚座 (2/19~3/20)</p> <p>【全体運】 運勢は好調。勢い良く動きまわろう。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣(ひけつ)</p> <p>【健康運】 目の使い過ぎに気を付けて。適度に休憩を</p> <p>【幸運の食べ物】 ソラマメ</p>

