

人と自然の架け橋に

# にじ

2024

10月号

Vol.342

今月のひと

石井武人さん・セツ子さんに  
インタビュー



特集

日本の食卓を守る  
国消国産

## 音楽愛も農業愛も全力で

出荷者さんにインタビュー

出荷者協力会 浦田佑樹さん・宏樹さんを紹介します



01

## 今月のひと

石井武人さん・セツ子さんにインタビュー

03

## 特集

日本の食卓を守る  
国消国産

05

## TAC 活動

TAC の主な活動を紹介  
TAC の担当者がいろいろな所で活躍中

07

## ほっと通信

JA にじの直売所  
「にじの耳納の里」を紹介します

08

## 音楽愛も農業愛も全力で

出荷者さんにインタビュー  
出荷者協会 浦田佑樹さん・宏樹さんを紹介しします

09

## JA-News

農産物や直売所、地域の情報を  
紹介します

13

## 女性部広報 ひまわり

女性部の活動などを紹介します

15

## 日々雑感

右田組合長が日々の出来事をめぐり  
農とJAの今を語ります

## キウイ歴50年

昭和26年、浮羽町新川の尾谷が開拓され昭和30年に移住し養蚕と果樹の栽培を始めました。50年前、これから人気が出ると聞いて、にじ管内でも多くの農家さんが栽培していたキウイの栽培に取り組みました。始めは高値で販売できていたが、当時追熟技術が確立されておらず、未成熟の状態で食卓に届いてしまい消費が伸びず単価は大暴落。1kg80円まで下がったと記憶しています。多くの農家さんがキウイ栽培を辞めていきましたが、せっかく立派に育った木を切ることが出来ず、また、なしゃもにも比べ管理がしやすかったこともあり栽培を続けました。ここ近年、追熟技術が確立され、食べごろで出荷することが出来るよう

## 【今月の表紙】「とよみつひめ」

福岡県生まれのいちじく「とよみつひめ」。ジューシーな果肉はとびきり甘く、酷暑に疲れた身体を癒してくれるよう。ギフト向けは「ゆりかご」という宙吊り包装で輸送しデリケートなおひめさまを傷みから守っています。

(撮影者 桑野)



公式 Line



ホームページ

キウイ生産農家

いしい たけと

## 石井 武人さん・セツ子さん

浮羽町新川在住。農業歴60年。キウイ部会部会長に6年間就任。現在キウイ40aを夫婦で栽培している。長年にわたってキウイ部会を牽引した石井武人さんに話を伺った。



▲総会で挨拶する  
石井武人さん

になりました。また一般の消費者にも追熟の方法が広がり、あえて未成熟の果実を購入して自分で食べごろに追熟する方もいます。美容にも効果があるということ、特に女性に人気がある果物になりました。単価も上がり、昨年の部会販売単価は1kg618円で販売していただいています。大変な時期もありましたがキウイを続けてよかったと思っています。

### 管理のしやすさもキウイの魅力

この歳で農業を続けていけるのは管理がしやすいことにあります。5月の受粉作業は手を抜くことが出来ませんが、ほかの作物に比べて防除回数も少なく、何より収穫が楽です。キウイは樹の上で完熟するわけではないので基本的に総ちぎりで収穫します。あとは傷果、変形果を除いてコンテナに入れて出荷するだけです。栽培には棚を設置し、近年ではかいよう病対策も必要にはなりません。新規就農者にはお勧めの品目です。

### 技術の継承を

収穫したときに自分の思っていたキウイができた時、そしてそのキウイを孫、ひ孫が食べて喜ぶ姿を見た時にいきがい、やりがいを感じています。ただずっと農業を続けていくのは難しいので、今は娘夫婦と一緒に栽培していく予定です。そこでしっかり技術の継承が出来ればと思っています。にじ管内でも若い農家さんがキウイを栽培してくれると嬉しいですね。

みんな応援!

# 日本の食卓を守る

# 国消国産



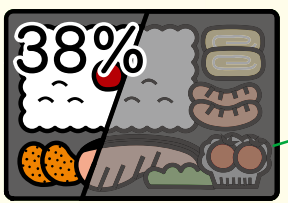
皆さんが毎日食べているご飯やおかずが  
半分以下になってしまったらどうでしょう?

監修: 東京大学大学院教授 鈴木宣弘



そう  
ならない  
ために

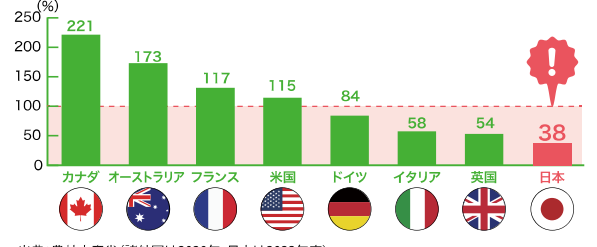
日本の中で食料を生み出す農家と、それを食べる皆さんが力を合わせて目指すのが「国消国産」です。日本の食卓を守るため、みんなで「国消国産」に挑戦しましょう。



国の面積が広大なカナダやオーストラリアでは国民が食べる以上の食料を作っています。それに比べて日本は必要な食料の38%しか作ることができていません。

## 日本は食料の多くを外国に頼っている

食料自給率(カロリーベース)の比較

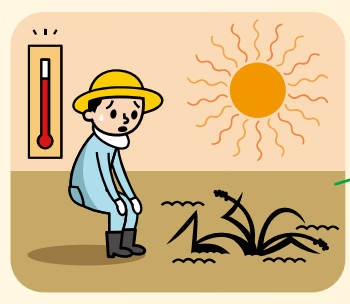


これを食品が持つエネルギー(カロリー)という物差しで測ると、日本はたった38%。例えば100m走るとすると、日本産の食べ物だけでは38mしか走れず、残り62mは外国の食べ物に頼ることになります。しかも、このままずっと外国の食べ物を安定して買えるとは限りません。

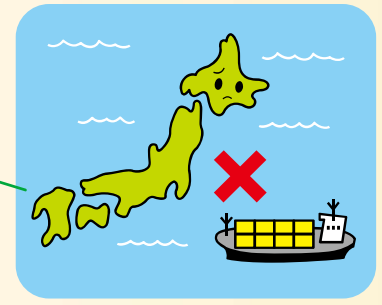
「食料自給率」って知ってる?

今日、皆さんは何を食べましたか? ご飯? パン? お肉? お魚? どんな野菜や果物がありましたか? こうした食べ物の中に、日本で作られた(穫れた)物がどれくらいあるかを数字で示したのが「食料自給率」です。

「国消国産」ってなあに?



異常気象で気温がどんどん上がり、世界中で農作物に被害が出ています。



これからは、海外から食料を買えなくなるかもしれません。

新型コロナウイルスの大流行で世界中の人々がマスクを買い求め、日本でマスクが足りなくなったことがありました。その理由は、マスクのほとんどを外国に頼っていたからです。もしこれが食料だったら、私たちの生活はどうなっていたでしょう。例えば、日本で育てられている牛や豚が食べている餌は、ほとんどが外国から買っています。私たちが食べる小麦や大豆もほとんど外国の農家がつけています。そこで考えられたのが、国内で食べる食料はできるだけ国内で生産しようという「国消国産」です。これは、日本の食料自給率を引き上げることにつながる大切な取り組みです。

イラスト: ゆきたけし



# Team for Agricultural Coordination!!

Tとことん、A会って、Cコミュニケーション!!

## 【大特免許取得講座】

8月28日～9月4日、農耕用大型特殊自動車免許取得講座を開催しました。実際の試験コースを歩き、コース上のポイントを説明。トラクターを使用している講習では、受講者全員が基本的な安全確認やスムーズな運転操作を短期間のうちに習得し試験にのぞみました。多くの方が合格できたことにTACも大変嬉しく思います。受講者の皆さんお疲れ様でした！

担い手支援課では年に2回講座を行っておりますので、免許取得を希望される方は是非ご連絡ください！



▲試験内容やコースなどのポイントを学ぶ受講者

## 【ふくおか新規就農セミナー & 相談会】

JAにじ管内の3法人が新規就農希望者や求職者へ向けたブースを出展しました。今回の相談会はトライアル就農を経て常時雇用へとつなげていくことを目的としています。人材確保が課題として挙げられるなか、解決に向けた取り組みも必要です。TACは人材確保への取り組みを支援していきます。



▲トラクターを使用した実技講習



▲ふくおか新規就農セミナー&相談会に出展



▲実際の試験コースを歩く受講者

## 今からすぐにやってみよう！

～農作業事故の対面調査から得られた事故防止対策～

### 機械作業を中断するときはエンジン停止！

刈払機の刈刃やトラクターのロータリーなど危険な部分に接触する事例がありましたが、機械での作業を一時中断するときに、**エンジンをかけたままにしておいたことが原因の1つでした。**

**機械作業を中断するときはエンジンを止める習慣を身につけましょう。**

今すぐ  
できる！

# 収量向上のために 土壌診断に基づいた施肥を行いましょう！

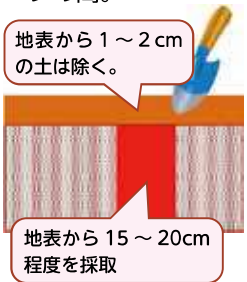
土壌のpHが適正でなかったり養分の過剰や不足があったりすると、生育が不良となり収量が低下します。土壌診断を行い、診断に基づいた施肥を行うことが重要です。

## 土壌の採取

施肥前（直前でなくて良い）に実施しましょう。ほ場の5か所以上から採取したものを1つにまとめ、JA等に提出します。

### ◎採取位置の例

- ・ 樹から1m程度離れたところ。
- ・ 成木でないものは、根が伸びている箇所。
- ・ イチジク等の畝とかん水チューブがあるものは、株とチューブの間。



## 土壌診断で特に着目する項目

### 適正施肥診断書

分析機関： JA 全農ふくれん 診断機関

| No.  | 連番   | 生産者名 | 市町村名 | 地区名  |
|------|------|------|------|------|
| 9    | 2345 | 栗林次郎 |      |      |
| 診断基準 |      | 作物名  | 様式   | 実作物名 |
|      |      | 柿    | 路地   | 柿    |

1 診断結果

| 診断項目           | 推奨値         | 判定        | 判定グラフ |    | 備考 |
|----------------|-------------|-----------|-------|----|----|
|                |             |           | 少ない   | 適性 |    |
| pH             | 5.5 ~ 6.5   | 6.1 適性    | ■     | ■  |    |
| E C ds/m       | ~ 0.3       | 0.04 適性   | ■     | ■  |    |
| 硝酸態窒素 mg/100g  | ~ 5.0       | 1.3 適性    | ■     | ■  |    |
| 交換性石灰 mg/100g  | 197 ~ 242   | 200 やや少ない | ■     | ■  |    |
| 交換性苦土 mg/100g  | 36 ~ 53     | 71 かなり少ない | ■     | ■  |    |
| 交換性カリ mg/100g  | 23 ~ 38     | 20 かなり少ない | ■     | ■  |    |
| 塩基飽和度 %        | 54.7 ~ 92.2 | 103 やや高い  | ■     | ■  |    |
| C E C me/100g  |             | 17.0 適性   | ■     | ■  |    |
| 有効態リン酸 mg/100g | 10.0 ~ 50.0 | 105 極めて多い | ■     | ■  |    |
| 腐植 %           | 2 ~         | 2.2 適性    | ■     | ■  |    |
| 有効態ケイ酸 mg/100g | 15 ~ 30     |           | ■     | ■  |    |
| 遊離酸化鉄 %        | 1 ~         | 1.7 適性    | ■     | ■  |    |
| リン酸吸収係数        |             | 660       |       | メモ |    |

### pH

#### 酸性、アルカリ性を示す

- ・ 最も重要な項目！
- ・ 適正值から外れると生育不良の恐れ。

### 石灰、苦土、カリ

#### いずれも果樹に必要な養分

- ・ 診断により施用量を増減。

### 腐植 有機物の量

- ・ わら、堆肥等の有機物を十分施用することで向上し、根が張り易くなる。

### 2 土づくり肥料投入量（深さ15cmを改良する量です）

| 診断項目  | 判定         | 投入前 | 投入後 | 推奨値       |
|-------|------------|-----|-----|-----------|
| 炭酸 炭酸 | 苦土カリ比      |     |     |           |
| 硫酸 硫酸 | 苦土とカリのバランス |     |     |           |
| よう    |            |     |     |           |
| 塩基飽和度 | やや高い       | 103 | 103 | 55 ~ 92   |
| 石灰飽和度 | やや多い       | 80  | 80  | 41 ~ 72   |
| 苦土飽和度 | かなり多い      | 21  | 21  | 11 ~ 15   |
| カリ飽和度 | かなり少ない     | 2   | 3   | 3 ~ 5     |
| 石灰苦土比 | 適性         | 3.8 | 3.8 | 2.7 ~ 7   |
| 苦土カリ比 | かなり高い      | 8.3 | 7.2 | 2.2 ~ 5.4 |

## 作物が必要なのは「窒素」だけでは無い！

窒素主体の肥料を継続して施用すると、窒素以外の養分が不足します。不足する養分は積極的な施用を心掛けましょう。

### 苦土欠乏（カンキツ）

苦土欠乏は、いずれの品目でも葉脈間が黄化するのが特徴。苦土石灰等の施用が無く、苦土が不足する場合に発生します。



### カリ欠乏（ブドウ）

葉に含まれるカリが、果実肥大に伴い果実に取られることにより黄化。カリは窒素より多い量を必要とし、特に果実に多く含まれます。家畜ふん堆肥やカリを含む肥料の施用により、カリを供給できます。



## まずはpHを適正值にする！

低すぎても高すぎても生育不良や生理障害が発生します。

低い場合は、苦土石灰等の施用でpHを上げます。

適正值は、カキ、ナシ、モモ、カンキツで5.5～6.5、ブドウ、キウイフルーツ、イチジクで6.0～6.8です。

# 祝 20万人目にサプライズ!

8月25日(日)、本年度(令和6年4月から)の来場者数が20万人を突破しました!そこで感謝を含め20万人目の方にサプライズ!

米20\*<sub>0</sub>に梨20\*<sub>0</sub>  
ブドウ2箱に商品券  
2万円と、20尽く  
しでサプライズプレ  
ゼント。

20万人目のお客様、  
おめでとうございます!



## 令和6年度 にじの耳納の里利用者アンケート

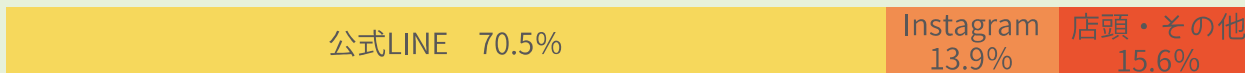
にじの耳納の里利用者の声を組合組織・事業運営に反映していくことを目的にアンケート調査を行い、多くの「声」をいただくことができました。

### ◆ 調査概要

【調査方法】公式LINE・Instagram・店頭チラシ 【調査期間】2024年8月1日(木)~8月21日(水)  
【調査対象】にじの耳納の里利用者 【回答数】628件(前年同期494件)

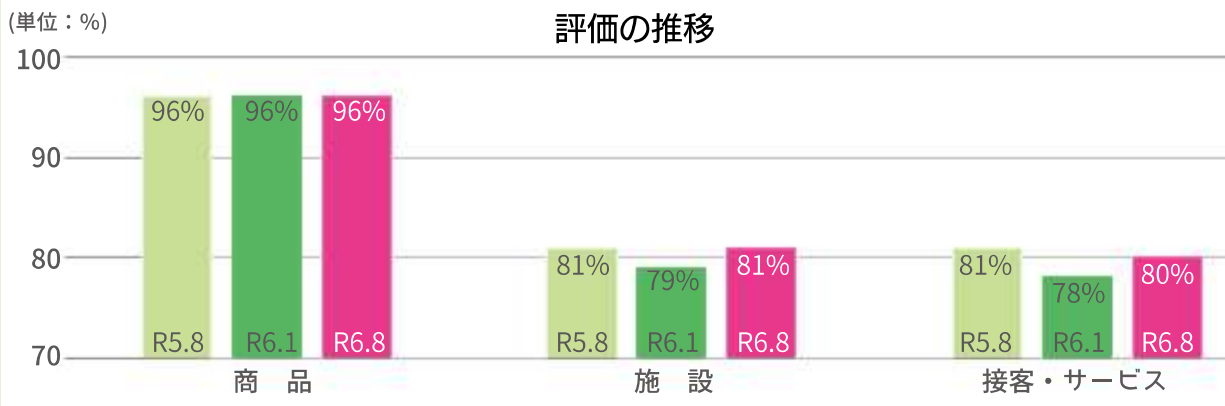
### ◆ アンケート集計結果

(1) アンケートを知ったきっかけについて



(2) 「にじの耳納の里」の評価について

「商品」「施設」「接客・サービス」の3項目とも、80~90%以上の高評価を得ています。特に、前回から比べると「施設」に対し高い評価の回答が増えています。



※ 10月の店休日は9日(水)です



牡羊座 (3/21~4/19)

【全体運】対人運が活性化。新しい風が吹いてくる予感がしています。柔軟な姿勢がチャンスを生かす鍵。短気は禁物【幸運の食べ物】エノキタケ



# 音楽愛も農業愛も全力で

16

にじの耳納の里出荷者インタビュー

出荷者協力会

うらた ゆうき

浦田佑樹さん (左)

ひろぎ

宏樹さん

個人事務所を立ち上げ「闘う音楽家浦田兄弟」として活動。柔道で鍛えた身体で国内外を飛び回り、音楽フェスを始め数々のイベント出演から実家の野菜づくりまでこなす。ライブ会場にトラクターで登場し野菜を販売するなど、音楽を通じた農の発信にも力を入れる。10月27日(日)には福岡県緑化センターで開かれる「耳納でフェス」に出演する。田主丸町在住。



## 可能性は無量大

ライブなどで野菜を販売すると分かるんですが、都市部の人にとって野菜はすごく欲しいもので、貴重なもの。需要が絶えることは無いし、消費者が求める健康志向にも応えるもの。まだまだたくさん可能性を秘めてるし、伝統産地の田主丸からどんどん野菜を発信し盛り上げていきたいですね。

## 新鮮＝美味しい＝幸せ

農業は自由に、のびのびとやれて、新鮮なものを提供できる仕事だと思う。もちろん農産物を出荷するまでは大変なこともあるけど、美味しいものをつくるのは人を幸せにすることだから、喜んでもらえるものを作るために頑張ることは、とても大切だと思うし、若い世代には「農業って面白い」と伝えたい。

## つながる場所

にじの耳納の里には年間を通して季節の野菜を出荷しています。出荷することできるし、そ

これから出会いや情報ももらえます。こんな野菜を出荷しますって発信すると、「買いに来ます！」ってすぐ反応してもらえるのもうれしいです。

## 音楽を拠点に

モンゴルでもフェスをやりますが、1歳90歳の相手と相撲を取ったり伝統食を味わったり、海外のライブは食や文化を交流する絶好の場です。もっと日本を好きになってほしいし、そのきっかけにしていきたいと思っています。

## 音楽愛も農業愛も

今計画しているのは「野菜フェス」。来年には実現させたいと思っています。大好きな音楽のライブを満喫してもらい、野菜の販売はもちろん野菜を使ったメニューも楽しんでもらおう、そんなフェスにしたいし、そこからもっと多くの人に広がっていければいいですね。

ホームページ



Instagram



牡牛座 (4/20~5/20)

【全体運】いつものペースを大切に。気になることを残さないようにしていきましょう。技術向上の学びにツキがあります【幸運の食べ物】ギンナン



## 令和6年度新体制へ

### トマト部会反省会・総会



JAにじトマト部会は令和5年度出荷反省会と総会を9月3日に開きました。総会では新役員が承認され新部長に中嶋好広氏が就任。令和6年度は2,800ト、10億円を目指します。また下記の通り表彰を行いました。

【土耕栽培の部】◎1位▶柳 定善

【RW、袋、ヤシ殻培地栽培の部】

◎1位▶石井直人 ◎2位▶矢野貴士

◎3位▶西山陽一郎 (敬称略)

▶令和5年度部会長と受賞者



## 情報発信とニーズ把握を

### 鉢物部会総会・展示商談会



JAにじ鉢物部会は9月6日、第47回総会をJA田庄丸支店で開きました。5年度は昨夏の豪雨や秋の高温の影響で前年度をやや下回る実績となりました。6年度はいち早くニーズを捉え有利販売をめざします。また新部長に栗木一也氏が就任しました。



◀栗木新部長 (左端) 始め新役員による挨拶

総会後に開いた▶展示商談会



## 農政運動を活発に

### 福岡県農政連久留米地区協議会 定期総会



8月7日、久留米地区定期総会がホテルニュープラザ久留米で開かれ、にじ支部からは代議員8名が出席しました。特別決議では、にじ支部の石井副委員長



長から「食料・農業・農村基本法」制定に向けた農政運動の展開が提案され、満場一致で可決されました。

◀挨拶する大熊委員長

## 労働環境整備へ

### 農業振興協議会研修会



JAにじ管内農業振興協議会は9月5日、JA本店で労働力確保・雇用環境整備に関する研修会を開きました。農業労災事務センターの中村社会保険労務士を招き、雇用した際に起こり得る様々なリスクへの対応策や農作業中の事故や雇用に関する法律、労災保険の仕組みなどを学びました。

研修を受ける▶JAにじ組合員



## 食と農を考える

### 青年部にぎりめしの集い



JAにじ青年部は7月16日、ホテルニュープラザ久留米で「にぎりめしの集い」に参加しました。「食料・農業・農村基本法」が制定された記念すべき日



で、会場ではおにぎりを食べながら生産者と消費者の様々な目線から『食と農』について語り合いました。

◀講演する朝倉幸男さん

## 優良園に学べ

### 柿部会青年部が現地研修



JAにじ柿部会青年部は9月4日、管内の優良園で管理などを学びました。昨冬に次ぎ2回目で、吉井町に柿を5.6畝栽培する西見和久さんの園を会場に部員からは栽培全般に質問が相次ぎました。久留米普及指導センター果樹係の高橋倫子さんは「5畝もの園を管理し成果を出すには作業の段取りなど様々な工夫があるはず。ぜひ学んで生かしてほしい」と話しました。



▶部員らの質問に答える西見さん(手前)

## 特産甘柿 1 番手

### 「西村早生」出荷



県内最多の甘柿出荷量を持つJAにじは9月11日からJA園芸流通センターで「西村早生」の出荷を始めました。小ぶりで黒いゴマ入り特徴で、先駆けて出回り柿リレーの始まりを告げます。JA柿部会は10月初めまで出荷を計画。柿全体で5,800トンの出荷を見込んでいます。



▶次々と選果されていく西村早生

## 最高賞に福田さん、林田さん

### なし・ぶどう品評会



JAにじなし部会とぶどう部会は第27回品評会を8月23日、JAの「にじの耳納の里」で開きました。なしは「豊水」、ぶどうは「巨峰」を主に、外観、糖度、硬度、病害虫のほか、ぶどうは粒の伸びや揃い、果粉ののりなどを審査。入賞全16点を決めました。結果は次の通り。



- 【なし】 —————
- ◎最優秀賞▶福田義明
  - ◎中村県議会議員賞▶瀧内教道
  - ◎朝倉農林事務所久留米普及指導センター長賞▶佐藤康成
  - ◎JA全農ふくれん本部長賞▶諫山忠勝
  - ◎JAにじ組合長賞▶佐々木勝清
  - ◎西日本新聞社賞▶臼井順蔵
  - ◎日本農業新聞社賞▶怡土祐美子

- ◎JA全農ふくれん本部長賞▶横溝佳広
  - ◎JAにじ組合長賞▶物部弘二
  - ◎西日本新聞社賞▶行徳義雄
  - ◎日本農業新聞社賞▶佐々木一三
  - ◎部会長賞▶田中修二
- (敬称略)

- 【ぶどう】 —————
- ◎最優秀賞▶林田高夫
  - ◎中村県議会議員賞▶瀧内昭憲
  - ◎朝倉農林事務所長賞▶山手一男
  - ◎朝倉農林事務所久留米普及指導センター長賞▶三浦力男

◀1年の成果が並んだ会場

**理事会だより**  
令和6年8月26日(月)

#### 【附議事項】

- ・ マネロン等への対応に係るリスク評価書について
- ・ 貸出金等利益相反契約承認伺いについて
- ・ 共済事業の共同実施に関する契約の再締結について



## 人気のわけを知ろう

4 夏の高い気温を  
みんなに



### 地元児童が「にじの耳納の里」でアンケート調査

吉井町の福富小学校3年生が9月6日、JAにじ「にじの耳納の里」で、来店者にアンケート調査を行いました。福富校区の良いところを見つけようという総合学習の一環で、児童らは来店者の目的や何を買ったかを質問。「品物が豊富で新鮮」などの声をメモに取っていました。高倉店長は「このような機会を通じてにじの耳納の里に一層親しんでもらえたら」と話しました。



▲来店者に調査を行う児童たち

## 地元の農業に関心を

4 夏の高い気温を  
みんなに



### 青年部が苗木授業

JAにじ青年部は船越小学校3年生に苗木授業を開きました。地元の児童に田主丸が苗木の産地であることを学んでもらおうと取り組んでいます。授業ではフリップを使ったクイズや、接ぎ木体験などを行いました。来年3月頃には児童に接ぎ木し成長した苗をプレゼントする予定です。



▲苗木のほ場で授業を行う青年部

## 出荷者協力会が感謝イベント

12 ぶどう栽培  
の秋



### ぶどうジュース試飲会

JAにじ「にじの耳納の里」出荷者協会は8月24日、地場産ぶどうジュースの試飲会を開きました。主に「巨峰」100%を使って色鮮やかなジュースが完成。500人分を店頭で配布し「甘くて美味しい」と大好評でした。隣接してJAぶどう部会が「巨峰」などを即売しPRしました。



▶鮮やかなぶどう色に仕上がったジュースを振舞う出荷者協力会役員ら

## 地域に選ばれる支店へ

8 働きがいも  
経済成長も



### ロールプレイング大会

9月7日（土）、JAにじ本店で令和6年度窓口セールスロールプレイング大会を開きました。組合員・地域住民に選ばれる支店作りへ接客技術の向上を図る目的です。信用の部・共済の部ともに支店の新任職員が出場し、練習の成果を発揮しようとデモブックやチラシ、手作りの資料を持参し熱演しました。



▲熱演する浮羽支店の田中玲里さん



獅子座 (7/23~8/22)

【全体運】あれもこれもと気持ちがせきそう。動く前に状況整理を。冷静になればなんとことありません。優先順位を見極めて【幸運の食べ物】カボス


 20周年記念  
 にじの耳納の里誕生

秋コレ! 2024  
**定期積金キャンペーン**

期間 2024年 **9月2日** (月) ~ **10月31日** (木)

|               |                       |                    |                |
|---------------|-----------------------|--------------------|----------------|
| ＝対象者＝<br>個人の方 | ＝給付契約額＝<br>120,000円以上 | ＝契約期間＝<br>1年以上5年以内 | ＝掛込方法＝<br>口座振替 |
|---------------|-----------------------|--------------------|----------------|

JAにじ

《適用金利》  
 キャンペーン金利  
**0.20%**  
 (税引前)

やろうよ!  
 JAの定期積金!

JAの20周年記念

にじの耳納の里

©JAバンク

**令和6年**

**年金無料相談会**

9時から16時まで

**JAにじ**

|                           |                          |                          |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 11月12日(火)<br><b>田主丸支店</b> | 11月13日(水)<br><b>浮羽支店</b> | 11月14日(木)<br><b>吉井支店</b> |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|

社会保険労務士があなたの疑問や質問に親切・丁寧にお答えします!

事前にお電話、窓口にて時間をご予約下さい  
 予約の方を優先させていただきます

詳しくはお近くのJAまたは担当者にお問い合わせください。

[お問合せ先] 吉井支店 Tel: 75-5111 浮羽支店 Tel: 77-2121 田主丸支店 Tel: 72-2101





## アグリキッズクラブ バスツアー

8月21日(水)、アグリキッズクラブ学習会で日帰りバスツアーを行い、「らくのうマザーズ阿蘇ミルク牧場」へ行きました。まずは、牛乳・チーズたっぷりの「マザーズキッチン」でバイキングの昼食。自家製乳製品、肉製品と地元の旬の野菜を使った料理を満喫したあと、楽しみにしていた乳しぼりを体験！大きな牛さんを前に少しドキドキしながらの体験でした。ほかにも沢山の動物達と触れ合い、夏休みの楽しい思い出の1ページになりました。



▲乳しぼりを体験▲



▲いろいろな動物とふれあいました

## ミドルミセスバスツアー

8月20日(火)、『DRUM TAOの夏フェス2024』バスツアーを開催。毎年8月、本拠地である「TAOの里」で開かれる夏フェスは、スペシャル野外ステージやメンバー自ら“おもてなし”をする屋台で大盛況。暑さに負けない熱気溢れる演出で大変盛り上がりしました。久住高原の美しい自然のなかで最高の思い出が出来ました。



▲フェス会場にて▲



▲ヤクルト工場を見学



▲如意輪寺を参拝

## 家の光グループ・文化協力員 視察合同研修

9月4日(水)、家の光グループ・文化協力員合同視察研修で、福岡ヤクルト工場と小都市にある如意輪寺へ行きました。ヤクルト工場ではヤクルトの誕生や、生きて腸に届く乳酸菌シロタ株について学んだあと見学へ。またたく間にヤクルトが容器に詰められ梱包されていく様子に圧倒されっぱなしでした。作業場へ入っていくまでの徹底した衛生管理にも驚かされました。

通称かえる寺と言われる如意輪寺では、様々なカエルがお出迎え。また、たくさんの風鈴が揺れる光景と音色に癒されました。ご住職に説法いただいた「元気に生活する秘訣『あいうえお』、忘れないよう実践していきましょう！

**女性部Instagramで女性部活動を発信中です。  
ぜひご覧ください。**

Instagram



経済課

TEL:0943-75-4134



**天秤座** (9/23~10/23)

【全体運】パワフルに過ごせます。ただ周囲から頼りにされて大変な面も。全力でやっても手が回らないなら早めに説明を【幸運の食べ物】ゴボウ

# フルーツパラダイス

イラスト：小林裕美子

## スダチ

すがすがしい香りと酸味の「和食の名脇役」

### スダチのプロフィール

- 【分類】ミカン科カンキツ属
- 【原産地】日本(徳島県)※諸説あり
- 【おいしい時期(旬)】8月下旬～10月ごろ
- 【主な栄養成分】リモネン、スダチン、ビタミンC、カリウム、クエン酸など

解説：KAORU

### スダチのチカラ

**リモネン**  
香りのもと  
精神のリラックス、  
食欲増進や  
夏バテ予防に

**スダチン**  
果皮に含まれる  
脂質の代謝を改善  
する効果に期待

**ビタミンC**  
老化や生活習慣病の予防  
美肌や貧血予防に

**カリウム**  
むくみの解消、  
高血圧予防に

**クエン酸**  
疲労解消や  
ストレス緩和、  
冷え性改善に

### 選び方



**露地物**→皮は厚めで、香りと風味が豊か  
**ハウス物**→皮は薄めで、酸味がまろやか

全体的に濃い緑色  
皮に張りやつやがある  
ずっしりと重い

### NG

軽い→鮮度が落ちているかも……  
軽い→果汁が少ないかも……



完熟した黄色より  
未熟な緑色の方が  
香りも風味も豊か

### 保存方法

#### 冷蔵保存

ラップで包むかポリ袋に入れて、冷暗所または冷蔵庫の野菜室へ

ハウス物は皮が薄く鮮度が落ちやすいので早めを使用する

#### 長期保存に

#### 冷凍保存

ラップで包んで保存用袋に入れて冷凍庫へ使うときは必要な分だけ自然解凍  
果汁を製氷器に入れ冷凍してもOK

### スダチのピミツ

#### 名の由来

古くから「酢」として料理に使われていた「酢橘(すたちばな)」が転じて「スダチ」になったといわれている  
「葉立ち」「酢立」とも

### スダチの仲間たち

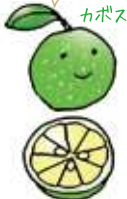
※青玉の香酸かんきつ

甘味と酸味の調和が取れたまろやかな味わい

酸味と苦味が強い華やかな香り

まろやかな口当たりと甘い香り

レモンのような爽やかな酸味とほのかな甘味



大分県など



高知県など



宮崎県など



沖縄県など

### 食べ方・楽しみ方

料理の風味を引き立てる



マツタケ料理

焼き魚



鍋物

**減塩効果** 塩分が足りないときはスダチの酸味と香りをプラス!

刺身、揚げ物、うどんなどの種類



デザートなどに  
ジュース、ジャム、ゼリー、タルトなど



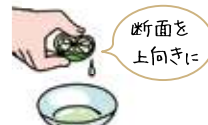
調味料として  
ポン酢  
スダチコしょうなど

#### 切り方・搾り方

へたと平行に切ると搾りやすい



果汁が皮を伝って落ちるようになると、皮の香りが果汁に移り、豊かな風味が楽しめる



断面を上向きに



食養生 お口からだいキキキと

食べ物のこと【No.38】

現代人では6歳臼歯が最も大きく、その奥の歯はしだいに小さくなっています。200万年前の猿人では親知らずが最も大きく逆でした。人の歯は、奥へ行くほど咬む力が大きくなるような筋肉と顔の構造になっています。大昔はよほど硬いものや噛み切れないものを食べていたでしょう。

火を使って調理するようになると、食べ物の硬さが極端に軟らかくなります。恐らくそのような影響で奥へいくほど歯の大きさが小さくなったものと考えられます。

前歯から7番目の歯までの幅を足した数値を歯の大きさの目安とすると、縄文人はおおよそ110mm、弥生人(北九州)は117mm、古墳人(西日本)は117mm、鎌倉人は113mm、室町人は112mm、江戸人は115mm、現代人は116mmくらいの大ささです。これは渡来系の弥生人の歯が大きいことと、縄文人との混血による歯のサイズの変化として説明されてきました。

ところが鎖国していた江戸時代から現代にかけて歯が大きくなってきています。この変化は昭和30年代以降特に目立ってきていて、今では弥生人の歯の大きさを追い抜くほどです。

なぜ?一番変化しにくい歯の大きさが変わるほど食習慣が変わったことが要因です。歯以外の私たちの体が、この急激な変化に対応できるのでしょうか?

戦前は見られなかったいろいろな病気は、多くが食習慣と生活習慣に起因しています。

J A にじい 歯科診療所総合診療連携室

歯科医師 當房 満(とうぼうみつむ)氏

J A にじい 歯科診療所

〒(0943)762255

一般外来・無料送迎・訪問診療



日常の「オキキ」とも思っていること、楽しいイラストなど、どしどしお寄せください!!

毎週土曜日に耳納の里に行きます。目的は豚肉とハーブ苗。お肉はおいしい満足です。ハーブも少しずつ増やしています。(大分県 M・H 62歳)

今年の夏のまあ暑いこと!!冷やしたナシやブドウがおいしくて癒されます。うきはの果物はおいしい!! (吉井町 H・H 70歳)

先月、耳納の里でパイアの苗を買って植えています。実がつくのを楽しみにしています。木もだいぶ大きく育っております。いつ頃実がつくのでしょうか? (吉井町 S・I 74歳)

「にじの耳納の里」開業20周年おめでとうございます。また、8月25日に令和6年度来場者20万人突破したことも重ねてお祝い申し上げます。(田主丸町 H・N 80歳)

日々雑感

右田 英訓

【台風季節】

8月29日から30日にかけて「台風10号」は多くの方々が心配された事でしょう。早い時期から、気象庁・マスコミが「今までに経験したことのない台風だ!」と注意を喚起し、私どもJ A にじでも8月28日に「災害対策本部」を立ち上げ生産者への注意喚起と職員の安全、施設の安全を最優先に対策を取りました。30日は臨時休業とさせていただきます。多くの方々にご迷惑をおかけいたしました。J A にじは、安全最優先でこれからは「備えあれば、憂いなし」を貫いていきます。お陰様で強い風は吹かず、恵みの雨でした。

今年の夏(6月から8月)は過去最高の暑さを更新しました。9月に入っても「猛暑日続き」で過去最高の日数を更新中です。この熱風は、台風が中国大陸へ向かい、太平洋の湿った熱い空気が反時計回りで九州山脈を越えて九州西岸へ吹きおろす「フェーン現象である」とテレビの解説者が言っていました。

様々な農産物に大きな影響が出ています。夏果実のイチジク、ぶどうは果実の収量低下と同時に品質の低下を招いています。生産者はこの猛暑の中、懸命に努力をされてきましたが、自然の猛威は厳しさを増すばかりです。まさしく「猛暑災害」といっても過言ではないと思います。

秋といえば、様々な季節がありますが、今年の中秋の名月は「9月17日」でした。暦と実際の季節がこんなにかげ離れた「中秋の名月」はなかったと思います。

台風の影響が早くおさまり、秋らしい爽やかな季節が訪れることを、農家の皆さんと共に祈りたいです。

【お米の話】

さて、猛暑日続きのこの夏「お米が販売店から消えた」「お米の価格が上がった」と連日マスコミの報道が続いています。原因として、農水省は①全国的な猛暑による令和5年産の精米歩留まりの低下。②インバウンドの増加も含めて消費がやや増加したと見込まれること。③南海トラフ地震の臨時情報により備蓄への備えを政府が呼びかけたこと。様々な要因が複合的に重なったためだと思われれます。

これから令和6年産が市場に出まわり落ちてくるものと思えます。「令和の米騒動」という言われ方をしていますが、こういう時こそ、食糧自給率も含めて「お米」のこと、食べ物のことをしっかりと考える必要があると思います。

「お米」は日本人にとって「主食」であると信じています。悠久の時代から稲作によって「瑞穂の国」として私たちは「お米」を食してきました。

これからも「国産国産」「地産地消」に取り組み、生産者の汗の結晶を私たち日本人は大切にしていきたいものです。



射手座 (11/23~12/21)

【全体運】交友関係が活発化。一緒に頑張れる仲間が見つかりそう。セミナーや趣味の集まりへの参加も吉。落とし物には注意【幸運の食べ物】シメジ



# おたんじょうびおめでとう



令和5年  
10月31日生

いなどみ みさ  
稲富 未紗 ちゃん

1歳のお誕生日おめでとう。  
これからも元気いっぱい  
すくすく育ってね。



令和5年  
10月29日生

うら にじろう  
浦 虹楼 ちゃん

にーたん1歳おめでとう🎂  
家族みんな大好きだよ♡  
生まれてきてくれて  
本当にありがとう😊



令和5年  
10月28日生

たなか せいな  
田中 聖七 ちゃん

皆に笑顔振りまく聖七ちゃん  
1歳のお誕生日おめでとう♡  
保育園頑張ろうね(o^^o)



令和5年  
10月23日生

うえの ほなみ  
上野 星和心 ちゃん

1歳のお誕生日おめでとう♡  
これからも、ニコニコ笑顔で  
元気に過ごそうね♡大々好き  
だよ♡



令和5年  
10月16日生

ながとし えま  
永利 依茉 ちゃん

一歳の誕生日おめでとう！  
たくさん笑って大きくなってね。



令和5年  
10月3日生

なかしま さな  
中島 彩愛 ちゃん

癒しの彩愛ちゃん1歳おめで  
とう♡元気いっぱいすくすく  
育ってね♡



令和5年  
10月2日生

やはた りん  
矢羽田 凜 ちゃん

1歳のお誕生日おめでとう！  
元気いっぱい、ニコニコ笑顔に  
癒されてるよ♡大好き♡



令和4年  
10月25日生

しんかい ちはや  
新開 千晴彌 ちゃん

2歳誕生日おめでとう♪  
いつも元気な笑顔をおめでとう♡  
大好きだよー！



令和4年  
10月20日生

みやざき みう  
宮崎 結羽 ちゃん

お誕生日おめでとう♡  
お兄ちゃんと仲良く元気に大き  
く育ってね！生まれてきてくれ  
てありがとう♡



令和2年  
10月1日生

うの れいな  
宇野 伶菜 ちゃん

4歳のお誕生日おめでとう！  
これからもたくさんおしゃべりをして、お  
姉ちゃん、お兄ちゃん達と仲良く、のび  
びと大きくなってね🎂成長が楽しみです♪

令和6年11月に満1歳から5歳のお誕生日を迎えるお子さんを先着12名募  
集いたします。10月11日(金)までに 企画管理課総合企画係または各支店までどうぞ。  
右記のQRコードからお申し込みいただけます。



山羊座 (12/22~1/19)

【全体運】 運勢は荒れ模様。思い通りにならないことが多いですが明るい兆しも見えて  
います。ブレずに目的に向かってまい進を【幸運の食べ物】 チンゲンサイ

## JAにじ職員・アルバイト募集

【申し込み・問合せ先】 JAにじ本店総務課 ☎0943-75-4121

### ●正職員募集（令和7年4月採用・中途採用）

**受験資格** 2025年3月卒業見込みの者及び既卒者  
(大学・短大・専門学校・高校卒業)

**職 種** 総合職

**募集人員** 若干名

**勤 務 地** JAにじ管内（久留米市田主丸町・うきは市）の各事業所

**申込締切** 10月31日（木）

※中途採用は随時募集しています。詳細はお問合せください。

30代40代  
Uターン者  
大歓迎!!



### ●農機センター職員募集

**職 種** 農機整備スタッフ

**勤務時間** AM8:30～PM5:00

**募集人員** 1名

※未経験者大歓迎です。詳細は問合せください。

### ●アルバイト・パート募集【正職員への登用制度あり】

**職 種** ①燃料配達スタッフ **時 給** 1,000円  
②車両整備スタッフ **年 齢** 不問  
③スタンド事務員

**勤務時間** 平日AM8:30～PM5:00

**受付期間** 随時

※危険物取扱乙4保有者大歓迎  
※整備士大歓迎

### 園芸流通センターアルバイト募集

**職 種** 選果作業

**時 給** 992円～

**年 齢** 不問

**勤務時間** AM8:30～PM5:00（残業あり）

土日祝日のみも可（応談）

**勤務時間** 年間を通じて

**受付期間** 随時

【申し込み・問合せ先】  
JAにじ園芸流通センター  
☎0943-76-5520  
(担当：伊藤・古賀まで)

～溢れる想いを お伝えいただくそのために～

JAにじ総合会館

# アルカス

アルカスで  
家族葬は  
できますか？

家族葬は、  
どのアルカスでもできますよ。  
参列者を限定しない一般葬も  
できますので、ご検討ください。



#### 《アルカス吉井》

うきは市吉井町682-1

☎ 0943-74-2200

#### 《アルカスうきは》

うきは市浮羽町朝田694-1

☎ 0943-77-1030

#### 《アルカス田主丸》

久留米市田主丸町豊城74-1

☎ 0943-73-3600

■ご葬儀の依頼 ☎0943-74-2200（年中無休・24時間受付）

■アルカスは、組合員以外の方もご利用いただけます。 ■葬儀料金のお見積りも可能です。お気軽にご相談ください。

■事前相談をアルカス吉井で承っております。受付時間：午前9時00分～午後5時00分

※現在、グリーンパレスは法事が開催される場合、またはアルカス田主丸にて葬儀が開催される場合に開館いたしております。グリーンパレスが閉館している場合、ご相談等につきましては、アルカス吉井にて承ります。お客様には大変ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

【アルカス吉井の連絡先】☎0943-74-2211

### 専門職員(アルカス職員)募集

**職 種** 葬祭業務スタッフ

**仕事内容** 通夜や葬儀の全般業務 夜勤あり※手当あり

**募集人員** 若干名

※経験や性別は問いません。詳細はお問合せください。

JAにじ総合会館  
アルカス

【申し込み・問合せ先】 JAにじ本店総務課 ☎0943-75-4121



水瓶座 (1/20～2/18)

【全体運】追い風が吹き状況に進展があります。その中で新しい課題も見えてくるでしょう。ポジティブ思考が吉と出ます【幸運の食べ物】クレスン

安心やnetうきは

うきは警察署生活安全課 76-5110

みんなで作ろう安全・安心の星うきは

2024年10月11日～2024年10月20日

# 全国地域安全運動



### 子供と女性の安全対策

防犯教室などを通して、子どもたちに防犯意識を持ってもらうための活動を実施しています。  
女性が被害に遭いやすい犯罪を県警のアプリ「みまもっち」で配信しています。



### ニセ電話詐欺等被害防止

令和6年7月末時点で、うきは署管内のニセ電話詐欺やSNS型投資・ロマンス詐欺の被害額は1億円を超えています。  
皆さんの大切な資産を守りましょう。



### 防犯ボランティア活動

買い物をしながら、散歩をしながらの「ながら見守り活動」を実施しています。  
うきは署管内では10台以上の青色防犯パトロールカーが定期的に地域の安全を見守っています。

## 野外焼却は原則禁止！

久留米広域消防本部管内では、庭先での落ち葉焼きが住宅に燃え移り火災になった事例など、野外焼却に起因する火災が多く発生しています。



野外焼却は「一部の例外」を除き、法律で禁止されています。

なお、「一部の例外」により野外焼却を行う場合は、必ず次のことに注意してください。

### 「一部の例外」である野外焼却を行う際の注意点

- 1 風の強い日は絶対に行わない。
- 2 周囲に燃えやすいものがない場所で行う。
- 3 消火の準備をしてから行う。
- 4 その場を離れず、最小限の量を焼却する。
- 5 火が完全に消えたことを確認する。
- 6 近隣住民の迷惑とならないように行う。



お問合せ先

久留米広域消防本部 浮羽消防署  
TEL 0943-72-4193 FAX 0943-72-4192

# 家の光

IE no HIKARI

## 12月号・1月号の紹介



12月号  
第1別冊付録

2025年 家の光

### 家計簿

【日付付き】

自給・環境・ライフプランで暮らしを築く



12月号  
第2別冊付録

あなたはどっち？

### 幸せなお金の使い方

1月号  
別冊付録

高尾美穂の

### らくヨガカレンダー



らく～な  
体の動かし方  
ガイド付き

購読申込受付中!!

お問合せ先 経済課生活食育係  
吉井 75-4134  
浮羽 77-6180  
田主丸 72-2153



魚座 (2/19~3/20)

【全体運】先人の考えに触れれば得るものがたくさんあります。読書もお勧めです。先輩の意見も参考に。古都探訪にツキ【幸運の食べ物】サツマイモ

# 第19回 JAJIに農業祭りを開催!!

**日程** 令和6年11月16日(土)・17日(日)  
**会場** にじの耳納の里駐車場



## 赤ちゃんハイハイレース 参加者募集!

**開催日** 令和6年11月16日(土)

**定員** 60名 **全員に参加賞をプレゼント!** 先着順です。定員になり次第締め切ります。

**詳細** 満1歳くらいまでの赤ちゃんと保護者2人で参加してください。制限時間内に、ハイハイしてゴールをめざします。立ち上がったら失格です。

**申込先** JAJIに本店または各支店まで



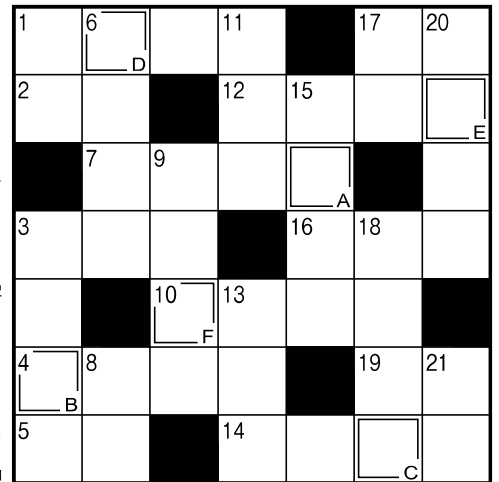
**【問い合わせ】** JAJIに企画管理課 ☎0943-75-4121

### 頭の体操



### クロスワードパズル

**問題** 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?

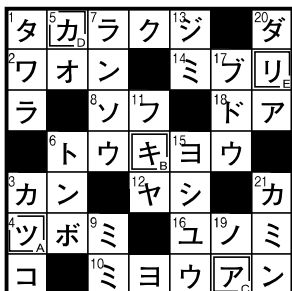


#### ヨコのカギ

- 1 香り高い高級キノコ
- 2 環境問題に世界——で取り組む
- 3 のどの——を覚えて水分を取った
- 4 財布やスマホを入れます
- 5 表ではありません
- 7 レインポーターとも呼ばれる魚
- 10 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- 12 命を持つものこと
- 14 バンガローやロッジより設備が充実しています
- 16 港を示す地図記号はこの形
- 17 富有、次郎、市田といえば
- 19 地震のときに感じるもの

#### タテのカギ

- 1 たき火やかまどにくべるもの
- 3 葛根湯(かっこんとう)は——薬の一つです
- 6 建物や壁に囲まれた小さな庭
- 8 土の中で「ジュー」と鳴く虫
- 9 印刷ではなく——のサイン
- 11 将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- 13 ——心と秋の空? それとも女心?
- 15 海水と淡水が混じり合っている湖
- 17 アヒルの原種です
- 18 勾玉(まがたま)のような形をした——ナッツ
- 20 パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
- 21 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました



正解者の中から抽選で5名様に商品券を進呈。発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

#### ■応募方法

ハガキまたはFAXで、①答え②郵便番号・住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥JAJIに対する要望⑦広報誌に対する意見・感想・載せてほしいことなどを書いてご応募ください。

■あて先 〒839-1321 うきは市吉井町356-1 JAJIに企画管理課総合企画係 (FAX) 75-4633

■応募〆切 10月11日(金)当日消印有効

9月号の答えは「ツキアカリ」でした (応募総数 40通)

※いただいたご意見・ご要望については今後の事業運営の参考にさせていただきます。なお、内容についての回答はいたしかねます。