

人と自然の架け橋に

にじ



2024

11 月号

Vol.343

今月のひと

江藤健次さんに
インタビュー

特集

旬の冬野菜で
ヘルス&ビューティー

笑顔になれる柿づくりを

出荷者さんにインタビュー
出荷者協力会 清水友和さんを紹介します



01

今月のひと

江藤健次さんにインタビュー

03

特集

旬の冬野菜で
ヘルス&ビューティー

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

笑顔になれる柿づくりを

出荷者さんにインタビュー
出荷者協会 清水友和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

変えがきかないいちごを

29歳で就農し中山間で果樹を栽培してました。就農から6年目に将来を考え、収穫期間が長く、年間雇用がしやすいいちごの栽培を始めました。いちごの収入がない夏場は、近隣の観光農園のいちご苗を受託しています。11月から収穫を始めて、ほぼ連日で収穫し、パック詰めして出荷。始めた当初はパック詰めがこんなに大変だとは思いませんでした。

忙しい日々ですが、「このいちごは変わりがきかない」と言っていたたくと嬉しいですね。変えがきかない仕事を今後心掛け、おいしいものを提供していきます。

【今月の表紙】柿「秋王」

県内一の柿どころ、JAにじ。福岡生まれの「秋王」は、これからが旬。鮮やかに色付いた果実は、さっくりとした食感、極甘の味わい。この時期だけの味覚を堪能ください。

(撮影者 桑野)

※秋王はにじの耳納の里でお求めいただけます。



公式 Line



ホームページ

JAにし青年代表理事
いちご生産農家

えとう けんじ
江藤 健次さん

浮羽町東隈上在住。いちごを栽培して14年目。令和6年9月野菜ソムリエサミットで「eto farmのいちごジャム」が金賞を受賞。

農業、加工に力を注ぐ江藤健次さんに話を伺った。



ロスを「美味し〜」に

春先にパック詰めが間に合わずロスが出ていました。何とかできないかと考え、たまたま従業員が調理師免許を持っていたこともありフルーツサンドを始めました。それが4年前です。加工するにあたっていちごが何にでも合うことが分かり、チョコがけいちごやいちごジャムを開発し、現在ドライフルーツを開発中です。

知り合いの農家さんから、野菜ソムリエによる品評会「野菜ソムリエサミット」の話を聞きまして。品評会好きということもあり、加工品部門でいちごジャムを応募し、金賞を受賞することができました。ジャムでの金賞は初めてと聞いてとてもうれしく思っています。次は青果物で金賞を受賞したいですね(笑)。

にしの耳納の里には年間を通して加工品を

出荷しています。たくさんの人に食べてほしいですね。

農業に「ゴールはない」

近年の夏場の高温により苗づくりが難しくなっています。その中で、総合的病害虫・雑草管理(TPM)に取り組んでいます。通常の管理と合わせて、天敵農薬、雑草の抑制、粘着シートを使用するなど、病害虫や雑草が発生しにくい環境を整えています。

土から栄養をもらい農作物は出来ています。おいしい農産物を提供する上で土づくりはずっと続けていかなければなりません。毎年土壌分析を行って必要なものを補い、団粒構造をした土を作ることが大切です。農業に「ゴールはないですね」。

旬の冬野菜で ヘルス& ビューティー



＼むくみ防止／ ハクサイ

生でも、加熱しても◎。カリウムは体内の余分な塩分を排出し、塩分の取り過ぎによるむくみの予防が期待できます。

主な栄養と効果

- カリウム
むくみ予防
- ビタミンC
コラーゲンの合成に欠かせない栄養。
美肌づくり

お薦めの食べ方

みそ汁・鍋料理

＼腸内環境を整える／ リンゴ

食物繊維が多く含まれています。腸内環境を整え便秘改善を期待できます。

主な栄養と効果

- ペクチン
水溶性食物繊維の一種。便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす
- セルロース
不溶性食物繊維。便の量を増やす

お薦めの食べ方

ヨーグルトに混ぜる



＼アンチエイジング／ シュンギク

ほろ苦さがくせになる野菜です。ベータカロテンは活性酸素の働きを抑えます。また体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。

主な栄養と効果

- ベータカロテン
アンチエイジング、生活習慣病予防
- ビタミンA
皮膚、目などの健康を保つ

お薦めの食べ方

バターや油で炒める



＼美しい肌を保つ／ ブロッコリー

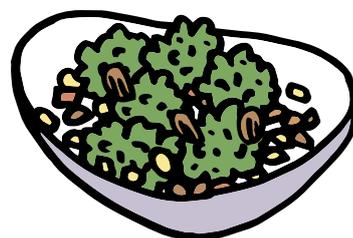
私たちの細胞は活性酸素によって日々ダメージを受けると、老化の進行が早まってしまう。スルフォラファンは活性酸素を除去し、若々しい肌を保つ働きがあります。

主な栄養と効果

- スルフォラファン
アンチエイジングや美肌づくり

お薦めの食べ方

ナッツ炒め。ゆでてナッツとオリーブ油であえる



胃もたれ防止

ダイコン

消化酵素やすりおろしたときに生成される辛味成分イソチオシアネートが胃の不調に効果的です。

主な栄養と効果

●消化酵素

アミラーゼ(ジアスターゼ)など。胃もたれ防止に

●イソチオシアネート

胃液の分泌を促す



お薦めの食べ方

大根おろし。しらすと一緒にご飯にのせる



栄養士・吉田理江
イラスト・服部新太郎

冬野菜には、健康や美容に
役立つ栄養がたっぷり！
寒い季節をおいしく
元気に乗り切りましょう

感染症を予防

長ネギ

香り成分のアリシンは血管を拡張して血流を良くし、免疫細胞も活性化させます。また、感染症にかかると消費されてしまうビタミンCを補えます。

主な栄養と効果

●アリシン

免疫細胞の活性化

●ビタミンC

免疫機能を正常に働かせる



お薦めの食べ方

スープ料理・トースターでホイル焼き



風邪予防

ミカン

風邪予防に欠かせない栄養素のビタミンCがたっぷり！白い筋や薄皮にはペクチンが含まれているため、捨てずに実と一緒に食べると良いでしょう。

主な栄養と効果

●ビタミンC

免疫機能を正常に維持する

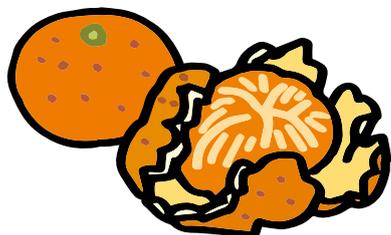
●ペクチン

便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす



お薦めの食べ方

間食や食後のデザート



貧血予防

ホウレンソウ

鉄にはヘム鉄、非ヘム鉄の2種類があります。ホウレンソウに含まれる非ヘム鉄は体内に吸収されにくいですが、ビタミンCと一緒に取ることで吸収率が上がります。

主な栄養と効果

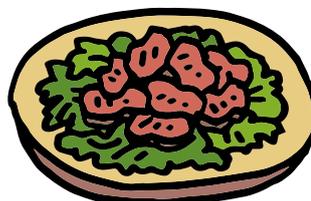
●鉄(非ヘム鉄)

貧血予防



お薦めの食べ方

おひたしにしてレモン汁をかける
牛肉などの赤身肉と一緒に炒める





【就農支援】

研修を経て独立をめざす方の農地マッチングを行いました。研修先の農家さんのご協力を得て農地の確保ができました。これから新規就農へ向けての準備で忙しくなりますが、関係機関と連携して支援を続けていきます。

Team for Agricultural Coordination!!

Tとことん、A会って、Cコミュニケーション!!

【農振協全体研修会】

農業者が加入できる労災保険や労働力支援の取り組みを紹介しました。農業者自らが農作業中の事故に備えることは非常に重要なことです。また、バイトアプリ「デイワーク」について野口担当から説明を行いました。担い手支援課では労災特別加入やデイワークの登録支援も行っておりますので、お気軽におたずねください。



▲説明を行う野口担当

【BLOF水田】

BLOF理論に基づく有機栽培と慣行栽培との比較を行いました。BLOF水田（有機水稻栽培）の取り組みは今年で2年目となります。本年は雑草も少なく順調に生育し、10月中旬に収穫を行いました。今後収量や品質調査を行います。



▲根の色や硬さを比較

【対話活動】

研修を経て新規就農した方々のお宅へ組合長、専務と訪問し、就農までの経緯や今後の農業に対する考えを聞かせていただきました。しっかりと自分の考え、信念をもって農業に従事されています。JAへの意見や要望もいただきましたので、我々は生産者の力になれるように努めていきます。



▲新規就農者と意見交換

露地で栽培できる、マメ科野菜のソラマメ、サヤエンドウを紹介します。

1 作型

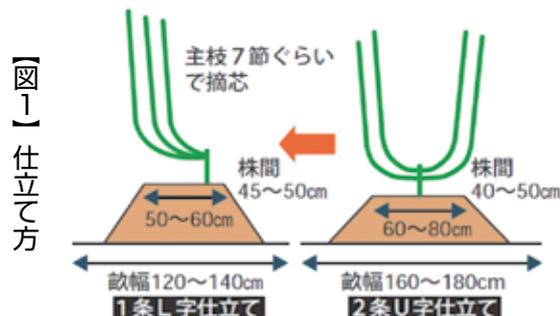
作物名	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
ソラマメ	○	○	—	—	—	—	—	■	■
サヤエンドウ	○	○	—	—	—	—	■	■	—

○ : 播種
■ : 収穫

2 ソラマメの栽培

- 発芽温度：発芽適温は20℃前後。
- 生育温度：生育適温は16～20℃。
- 土壌条件：マメ類の中でも多くの水分を必要とし、乾燥の害を受けやすいので、耕土が深く保湿力の良い壤土が適する。酸性に弱いので石灰資材を施用する。
- ほ場準備：下表の基肥を施肥し、図1を参考に仕立て方法により畝幅を決めて、高さ20cm以上の高うねを作り、黒マルチでマルチングを行う。
- 播種：図1を参考に株間40～50cmの1条植えで播種する。
- 主枝の摘心：主枝を5節で摘心し、側枝を3～4本仕立てる。その後出てくるわき芽はすべて摘み取る。
- 側枝の摘心：腰の高さ（20～25節）で摘心する。
- 摘花：1節に5花咲くので、2花に摘花する。
- 追肥：莢の着き始め、収穫開始時、収穫開始10日後に施用する。
- 収穫：莢が下向きになり、包合線（スジ）が茶色く色づいたら収穫する。

肥料名	施肥量(1aあたり)	
	基肥	追肥
炭酸苦土石灰	10kg	2kg×3回
BMようりん	4kg	
ちくごのめぐみ	5kg	
NK化成2号		



3 サヤエンドウの栽培

- 発芽温度：発芽適温は18℃。
- 生育温度：生育適温は15～20℃であるが、0～28℃で生育可能。
- 土壌条件：排水のよい壤土～埴壤土が適する。酸性に弱く、pH5.5以下では生育不良になる。
- ほ場準備：下表の基肥を施肥し、図2を参考に畝幅180cm、高さ20cm以上の高うねを作り、黒マルチでマルチングを行う。
- 播種：株間50cmの1条植えで、1穴3粒播種し、11月に間引きし2本にする。
- 追肥：開花初めに1回目の追肥を行い、1か月後に2回目の追肥を行う。
- 整枝：枝の発生が多い場合には各枝に十分な光と通風を与えるために整枝する。
- 誘引：枝が垂れないように、枝の間隔が均等になるようにネットに誘引する。
- 収穫：収穫が遅れると品質が悪くなるので、莢長6cm程度のものを収穫する。

肥料名	施肥量(1aあたり)	
	基肥	追肥
炭酸苦土石灰	10kg	2kg×2回
BMようりん	2kg	
ちくごのめぐみ	6kg	
NK化成2号		





柿

販売時期：[9月 ~ 2月]



主な品種別販売時期

(令和5年度販売実績から)

	9月	10月	11月	12月	1月	2月
西村早生	■					
早秋	■	■				
太秋	■	■	■			
松本早生富有		■	■			
渋柿		■	■	■		
秋王			■	■		
富有			■	■	■	
冷蔵柿				■	■	■

耳納山麓一帯は西日本随一の富有柿の産地として知られています。主な品種は「西村早生」・「早秋」・「太秋」・「秋王」・「松本早生富有」・「富有」・「冷蔵柿」で、中でも「富有」柿は、「甘柿の王様」と呼ばれるように濃厚な甘みと気品ある見た目が特徴で、にじ管内で最も多く生産されている品種です。柿は栄養価も高く、実や皮に含まれるリコピン・カリウム・ビタミンC・ペクチンなどは便秘改善やがん予防、血圧抑制、美肌効果などに効果的と言われています。甘さ・食感・ボリュームの三拍子揃った「絶品」のにじの柿を味わってみてください！



にじの耳納の里 高倉店長

11月の店休日は
13日(水)
です



第19回 農業祭り
11月16日(土)~17日(日)

にじの耳納の里20周年記念式典

にじの耳納の里の20周年を記念してイベント会場でセレモニーを行います。

野菜の詰め放題

まんてん市場入口付近で詰め放題を開催予定です。どんな野菜が出るかはその日次第。どれだけ詰められるか腕の見せどころ。ふるってご参加ください！

**その他さまざまなイベントが開催されます！
お楽しみに!!**

柿の秋到来!

柿の一大産地、JAにじ管内は今まさに収穫真っ盛り。直売所「まんてん市場」には地元特産の甘柿が勢揃い。品種によって食感も異なりますので、それぞれの美味しさをぜひ味わってくださいね。



笑顔になれる柿づくりを

17

にじの耳納の里出荷者インタビュー

出荷者協力会

しみず ともかず

清水友和さん

柿づくりに携わって18年。両親と妻の和子さんの4人で「西村早生」「太秋」「秋王」「松本早生富有」「富有」を栽培。9月中旬から冷蔵柿までの約半年間、丹精込めた「清水園」の柿を出荷している。田主丸町在住。



やれば応えてくれる

柿づくりはもちろん大変です。今年はカメムシが大発生したり、病害虫や予期せぬ気象災害もあります。手をかければ応えてくれる。だから面白いし、良いものができたときはすごくうれしいですね。

安全安心、木にやさしく

家族に安全なものを食べさせたいように、お客さんにも安心して食べて頂きたい。だから土づくりにこだわっています。JAの土壌診断を活用して、木に最も適した栽培環境にするよう心がけています。周囲の生産農家さんにもたずねたり、情報を交換し共有しながら良い柿づくりに生かしています。

1年1年が勝負

収穫は年に一度切り。しかも毎年同じように育つわけではありません。だから1年1年が勝負だし、1度きりの実りを最良の状態にしたい。これまで18回の収穫を経験しましたが、

まだわずか18回なんです。1年1年、昨年よりもっと満足できる柿づくりをめざしていきたいです。

贈る方も贈られる方も

うちの柿を贈り物にされた方、贈られた方のどちらかが笑顔になれる柿を届けたい。贈られた方から「美味しかったから贈り物にしたい」と連絡頂き、柿つながりのお客様が増えていくのは、生産者にとってやりがいで喜びです。「清水園」の柿を食べたい、贈りたい、そう言って頂けるよう、そしてリピーター、新規の方ともに増やしていきたいですね。

食べて美味しく 身体にうれしい

柿には健康に良い成分がたくさん含まれているとされ、「柿が赤くなると医者が青くなる」とも言われます。柿とひとことに言っても今は品種ごとに食感も味わいも様々。それぞれの違いを楽しみながら、美味しく健康にも良い柿を味わって頂きたいと思います。



牡牛座 (4/20~5/20)

【全体運】 想定外のことに巻き込まれがち。計画は後回しになってもいい部分以外は前倒しで進めて。味方は多いのでSOSを【幸運の食べ物】 ナメコ



市場担当者が園地巡回

柿部会出荷取引大会

11 住み続けられるまちづくりを



JAにじ柿部会は9月17日、出荷取引大会を開き、市場販売担当者15人が出席しました。大会を前に園地を巡回し、品種ごとの生育状況を確認。「このような機会は滅多にない。しっかり販売につなげていきたい」と語りました。JA柿部会は今年度、目標数量5800ト、売上金額20億円をめざします。



▶取引大会に出席した市場担当者

事業運営に反映を

新役員が施設巡回

9 気候変動に脅かされる産業・サービス



JAにじは9月6日、全役員らで管内施設を巡回しました。6月26日の総代会で新たに就任した役員24名とJA職員5名で、30施設を一日かけて巡回。施設の概況を把握し事業運営に役立てること、また危険な場所がないかを見回り利用者や職員を守ることも目的としています。

▶園芸流通センターを視察する役員



理事会だより 令和6年9月26日(木)

【附議事項】

- ・再雇用規程の改正について
- ・貸出金の資金種類要項（JA独自資金）の一部改正について
- ・令和6年産米共同計算の支出見込み並びに概算金・加算金の支出額の設定について

農家の思いを市政に

農政連、青年部が市長と意見交換

11 住み続けられるまちづくりを



にじ農政連とJAにじ青年部は10月2日、JAにじ本店で、うきは市の権藤市長を招き意見交換会を開きました。獣害、荒廃地、補助事業、新規就農などの課題に対し、市の対応策や方向性に意見を交わしました。うきは地区青年部長の角野陽亮さんは「地域と地域農業のために協議を重ねたい」と語りました。

▶様々な課題について意見を交換



農業を強く元気に

JAグループ福岡中期方針説明・協議会

9 気候変動に脅かされる産業・サービス



JAにじは10月4日、JA本店でJAグループ福岡中期方針協議案に関する説明会・協議会を開きました。農事組合、生産部会、女性部、青年部から出席し「農業を強く、元気に、もっと身近に組合員の想いを実現できるJAへ」をメインテーマにした福岡県大会議案について中央会、JA役員が説明。右田組合長は「今回の意見をJAにじの計画にも反映し県大会につなげていきたい」と語りました。



▶意見をかわす参加者



土づくりから見直そう

ぶどう部会が勉強会



JＡにじぶどう部会と久留米普及指導センターは土づくりの勉強会を10月9日、管内園地で開きました。植物体に必須の養分とその働き、養分欠乏が及ぼす症状と対策などを解説。土壌診断で園の状態を把握しながら無理のない計画的な土壌づくりをと呼びかけました。また土壌に通気性をもたせ水分、養分の吸収を促し根の張りを良くする方策として部分深耕をあげ、タコツボ深耕を実演しました。



▲久留米普及指導センターによるタコツボ深耕の実演

安全安心安定出荷へ

トマト部会



県内最多の出荷量を持つJＡにじトマト部会は9月25日、JＡ園芸流通センターで初選果を行いました。今年度は41人で7月10日頃まで、出荷数量2800ト、販売金額10億円をめざします。今年度もシーズンを通じた安定出荷はもとより、密な情報提供、ニーズを捉えた出荷形態の開発などに取り組み消費拡大につなげたい考えです。



▶選果に追われる園芸流通センター

サクサク甘い

「太秋」出番



JＡにじ柿部会は「太秋」の出荷を9月末からJＡ園芸流通センターで始めました。独特の明るい黄色の果実は、サクサクと爽やかな食感が特徴です。それまでの柿になかった食感で消費者に柑橘の新たなイメージを与え、若い世代にもファンを広げています。



▶独特の色と歯切れの良さが特徴の「太秋」

梨リレー締める「新興」出荷

梨部会



JＡにじ梨部会は10月初旬、「新興」の選果をJＡ園芸流通センターで行いました。シャリツとしたほどよい歯応えと酸味を含んだみずみずしい甘み、また日持ちの良さも特徴です。部会は例年以上にこまめなかん水に努めるなど猛暑対策に努めてきました。



▶シャリツとした食感と程よい酸味で人気の「新興」



野菜づくりの魅力広める

地域内外のシニアに指導

4 夏の高い教育を
みんなに



JAにし生活食育係の中野利夫さんは、JA「耳納の里ふれあい農園」を拠点に、地域内外のシニアに野菜づくりを指導。年間に複数講座の講師を務め、農の楽しさややりがいを伝えています。9月26日、小郡市生涯学習課の「たなばた学遊倶楽部」17人が同農園で、野菜づくりの基礎を学び、中野さんが管理する畑を見学しました。



▲ふれあい農園で土づくりなどを述べる中野さん（右端）

地元の農畜産物を知ろう

オリジナルカレンダー絵画審査会

4 夏の高い教育を
みんなに



JAにしは2025年版オリジナルカレンダー審査会を9月18日、JA本店で開き、JA賞12点、優秀賞24点計36点が決まりました。今回は「おいしいをとどけよう！～地元の農畜産物～」をテーマに管内小学校5年生から414点の応募があり、管内3中学校の美術教諭が審査。完成したカレンダーは組合員や取引先に配布します。



▲力作が集まった審査会

給食に地元の特産を

ぶどう部会が提供

4 夏の高い教育を
みんなに



うきは市の全小中学校9校で9月初旬、給食に巨峰がお目見え。JAにしぶどう部会が373房を提供し、にじの耳納の里を通じて納入されたものです。にじの耳納の里の高倉店長は「旬のものを食べて地元の農業に関心をもってほしい」と語りました。



▶甘さたっぷりの巨峰を食べる児童

出荷されるまでを学ぶ

中学生が職場体験

4 夏の高い教育を
みんなに



9月11日から3日間、JAにし管内の吉井中学校、田主丸中学校の8名がJA園芸流通センターで職場体験を行いました。ぶどう、いちじくの梱包や段ボールの組み立てを行い、果実を扱う際は緊張しながらもていねいに作業。立花蓮斗さんは「いちじくを食べたことがないので今度食べてみたい」と語りました。



▶ていねいに梱包する吉井中学校の立花蓮斗さん



獅子座 (7/23~8/22)

【全体運】 予想外の出来事はあるもの。出先でも避難経路の確認を。落ち着いて動くことが大切です。救急セットを点検して【幸運の食べ物】 小松菜

JAにじ

JAのマイカーローン

適用期間 令和6年10月1日(火)～令和6年11月29日(金)

基準金利

固定金利 年

2.0

%

保証料別

→

基準金利

固定金利 年

0.99

%

保証料別

※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。

金利引き下げ条件についてはJA窓口までおたずねください。

JAバンク福岡 **マイカーローンのことなら!**

JAのインターネットローン

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

JAバンクを装ったフィッシングメールにご注意ください!

偽メールに気をつけてください!

- ① JAバンクを装ったメールがくる
- ② IDとパスワードを伺うメールが届く
- ③ IDとパスワードを返信してしまい知らない人に情報を盗まれてしまう

ポイント

操作を焦らされていませんか?

メールの件名や内容で慌てずに、まずは公式サイトからログインし、あわせて身に覚えのない取引がないか確認しましょう。

<メールの件名> ※実際に確認されたもの

- ・【JAネットバンク】 利用停止のお知らせ
- ・【JAネットバンク】 緊急停止のご案内
- ・【JAネットバンク】 お客様情報等の確認について
- ・【農業協同組合】 振込(出金)、ATMのご利用(出金)利用停止のお知らせ
- ・【緊急】 JAネットバンク お取引を保留した(必ずご確認ください)

不特定多数の方へ複数回送られていることが確認されています。

フィッシングメールの被害に遭われたと思ったら…
緊急停止を実施してください。

【JAネットバンク ヘルプデスク】 0120-058-098

JA SS BRIDGESTONE

期間: 令和6年11月1日(金)～12月31日(火)

秋冬期タイヤキャンペーン

作業料・廃タイヤ料込みの税込価格です。混み合う時間もありますので、事前予約をおススメ致します。

<p>145R12 6PR 軽トラック用</p> <p>R710 604V</p> <p>通常32,680円が... 通常32,680円が...</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">3,680円お得! 3,680円お得!</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">29,000円; 29,000円</p>	<p>155/65R14 (軽自動車用)</p> <p>NEWNO ECOPIA</p> <p>通常46,200円が... 通常65,840円が...</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">9,280円お得! 15,560円お得!</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">36,920円; 50,280円</p>
<p>165/55R15 (軽自動車用)</p> <p>NEWNO ECOPIA</p> <p>通常75,640円が... 通常82,040円が...</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">10,240円お得! 11,240円お得!</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">65,400円; 70,800円</p>	<p>175/65R15 (コンパクトカー用)</p> <p>NEWNO ECOPIA</p> <p>通常72,960円が... 通常83,080円が...</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">9,840円お得! 11,400円お得!</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">63,120円; 71,680円</p>
<p>185/60R15 (コンパクトカー用)</p> <p>NEWNO ECOPIA</p> <p>通常87,920円が... 通常97,680円が...</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">12,040円お得! 13,520円お得!</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">75,880円; 84,160円</p>	<p>195/65R15 (ミニバンカー用)</p> <p>NEWNO ECOPIA</p> <p>通常89,520円が... 通常101,880円が...</p> <p style="color: red; font-weight: bold;">12,320円お得! 14,160円お得!</p> <p style="font-size: 1.2em; color: red;">77,200円; 87,720円</p>

うきはSS PALSS 田主丸SS
☎0943-77-7694 ☎0943-75-3191 ☎0943-72-2105

期限切れ農薬・空容器の回収について

下記の日程で、回収を計画しておりますので、ご案内いたします。ご不明な点ありましたら、最寄りの営農センターにご確認ください。

記

1. 回収日 令和6年12月10日(火)
2. 時間 午前9時30分～午前11時30分
午後1時30分～午後3時
3. 申込場所 営農センター吉井(75-5121)
営農センター浮羽(77-8295)
営農センター田主丸(72-1150)
4. 申込期限 11月15日(金)までに各自、各営農センターにて申し込みをしてください。
※お申し込みの際、印鑑をご持参ください。
5. 回収料金 (税込価格)

粉 剤	180円/kg
粒 剤	180円/kg
液 剤	180円/kg
くん煙剤	1,350円/kg
砒素剤	2,770円/kg
農薬空容器(農薬ビン、プラ等)	180円/kg
水銀剤(水銀硫酸銅等)	別途見積/kg

※農薬空ビン・プラスチックは期限切れ農薬の回収時に洗淨して蓋をはずして出してください。
※その他、品名のわからない農薬や製品については、事前にご相談ください。別料金になる可能性があります。





Instagram



9月18日(水) 家の光お月見読書会

スクリーンに大きな満月を映し出し、会場をススキや花、里芋やサツマイモで飾り付け。中秋の名月の雰囲気たっぷりに開催しました。「家の光」読書では地区代表3名がお気に入りの記事を朗読。記事の内容にご自身の日々の生活を重ね、感想も交え発表いただきました。お楽しみイベントは2本立て！友希天星さんによるイリュージョンマジックはお姉さんが浮いたり消えたり出てきたりと驚きの連続。高橋浩寿さんの津軽三味線ではその迫力と技に魅了され、会場のみなさんで「炭坑節」を歌って盛り上がりました。たくさんの方にご来場頂きありがとうございました。



▲地区代表による家の光読書

9月24日(火) 女性大学第8回講義 「お楽しみ日帰りバスツアー」

女性大学の講義で「TASAKI アクロス店」を視察しました。品質・加工技術の説明とともに4名がモデルになり試着。みなさんとってもステキでした。また糸島の「またいちの塩」の製塩所「工房とったん」で塩づくりの工程を学び、山と海の豊富なミネラルが混ざり合った自然塩に感動。糸島海産物直売所「やますえ」では明太子ができるまでを見学し出来立てを試食。楽しく充実した一日となりました。



10月1日(火) 吉井ファーム

10月2日(水) つちの里

10月7日(月) 田主丸ファーム

出荷者視察研修

直売所「唐津うまかもん市場」へ。野菜、果物を始め海のそばならではの新鮮な海産物や、精肉も並んでおり、出荷方法や価格帯、陳列などを視察。その他松露饅頭の工場を見学し、宝当神社に参拝して無事と健康を祈願しました。



「家の光三社参り」のご案内

日時 令和7年1月10日(金)
参加費 お1人様 10,000円 ※当日徴収いたします。
募集人数 各地区35名(定員になり次第締切。)
対象者 家の光三誌年間購読者とその世帯家族限定!
行先 山口方面

※詳細は家の光三誌11月号に添付している案内をご確認ください。

経済課

TEL:0943-75-4134



天秤座 (9/23~10/23)

【全体運】おいしいものを食べたりおしゃべりを楽しんだり。運勢は穏やか。懸念事項も解決へと向かいます。連絡は自分から【幸運の食べ物】 シュンギク

フルーツ パラダイス

イラスト：小林裕美子

ザクロ

美容効果抜群！ アンチエイジングフルーツ

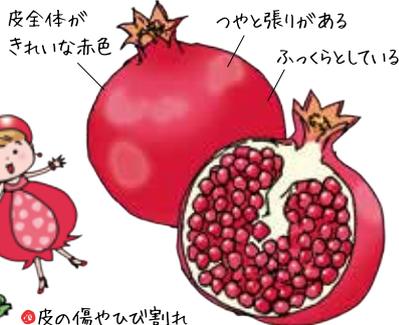
ザクロのプロフィール

- 【分類】ミソバギ科ザクロ属
- 【原産地】イラン西北部
- 【おいしい時期(旬)】9～11月ごろ
- 【主な栄養成分】ビタミンC、カリウム、ポリフェノール類(エラグ酸、アントシアニン、タンニンなど)、クエン酸など

解説：KAORU

選び方

ずっりと重い
実がぎっしり!



NG

- 皮の傷やひび割れ
- 実の黒ずみ
- 張りが無い→鮮度が落ちているかも……

保存方法

熟すまでは
室温保存する



実が熟したら **冷蔵保存**

皮をむかない場合
そのまま保存袋などに入れて
冷蔵庫へ

皮をむいた場合
実をほぐし、密閉容器に入れて
冷蔵庫への2、3日で食べ切る



長期保存に **冷凍保存**

皮をむき、実をほぐして取り出す
密閉容器や保存袋に入れて冷凍庫へ

ザクロのヒミツ

和名

「石榴」「柘榴」「柘榴石」

子孫繁栄の象徴

1つの果実にたくさんの
実がなることから
「女性の果実」「果
実の宝石」とも

アダムとイブが食べた果実は
ザクロという説も



「紅一点」の語源

多くのものの中でただ1つ異
彩を放つもの
多くの男性の中でただ1人の
女性を指すことわざ
中国の「詠柘榴詩」から
一面の新緑の中にザクロの
赤い花が一輪咲く様子



ザクロのチカラ

ビタミンC

老化や生活習慣病の予防
美肌や貧血予防に



高い美容効果が期待できる
栄養成分がたっぷり!

カリウム

むくみの解消
高血圧予防に



ポリフェノール類

数種類が豊富に含まれる
老化や生活習慣病予防、
免疫カアップ、美肌をサポート



クエン酸

疲労回復
骨や歯の強化に



ザクロの仲間たち

国産の魅力

日本では古くから庭木として親しまれ観賞用が多い。
農産物としての流通はごくわずかだが、旬の時期にはJAの直売所な
どで入手できることも

ワンダフル

代表的品種の主に米
国産のジュシーで、ほ
のかな酸っぱさと甘
さのバランスが良い

ルビーレッド

大型品種の果汁が
多く色鮮やか

大実(おおみ)ザクロ

日本の代表品種
「大実日本甘ザクロ」とも
小さめで甘みが強く生食
や果実酒向き
花も実も美しく観賞用にも



食べ方・楽しみ方



爽やかな甘さと
酸っぱさ、プチッ
とした食感が魅力

料理やスイーツの彩りに

サラダやカリパッチョ、ロースビー
フなどに散らし華やかに
ヨーグルトやデザートにトッピング



皮のむき方

皮が裂けている部分から
手で割る
先端をナイフでカットし、皮
に切れ目を入れると簡単



実は水を張ったボウ
ルでほぐすと楽々
ざるなどで水を切り
利用する



種は食べられる
気になる場合は
搾ってジュースにす
るのもお薦め



果汁

ジュースやソース、シロップに
酸味が強いのでりんごジュ
ース・蜂蜜・メープルシロップを
加えても◎



お好みで
アラス



食養生 おりどからだ イキイキと

からだのしくみ [その38]

前回の続き。意欲的に体を動かすには食事と運動ですが、三食バランスよくタンパク質を摂って、軽く疲労が残る程度の運動が大事！

タンパク質を体に取り込むには取り込みやすい動物性タンパク質(肉や魚)と、栄養分や食物繊維が豊富な植物性タンパク質を両方摂る必要があります。また、タンパク質の吸収率を研究した結果、運動後に摂取したほうが吸収率が上がることがわかっています。高齢者は若者に比べてタンパク質を吸収する能力が落ちてくるので、食事前の適度な運動も必要になってきます。

食えることが疎かになると筋肉量が減り、運動もできにくくなります。何よりもアミノ酸不足による免疫力の低下で、いろいろな感染症にかかりやすくなります。特に高齢の方はまず食べることが第一だと思って、三食を大事にしてみたいと思います。



次に軽い運動の例を見てみましょう。前回は週2回の筋トレを勧めましたが、1日5分の日替わりトレーニングも効果的です。何かにつかまって、もも上げを数回やったり、立った状態から両膝を少し曲げて沈み込む運動など、5分はあついでいいです。

J A にじい 歯科診療所総合診療連携室

歯科医師 當房 満(とうぼうみつる)

J A にじい 歯科診療所きざし

〒0943-7622 555

一般外来・無料送迎・訪問診療



VOICE

日常のできごとや思っていること、楽しいイラストなど、どしどしお寄せください!!

「にじの耳納の里」大好きです。店内に入るとワクワクします。食べたくなるものがいっぱいで何を買おうかと楽しみながら選んでいます。
(吉井町 H・H 70歳)

フルーツパラダイスが大好きです。今月のスタチも勉強になりました。知らないことがたくさんあります。購入するとき、料理するときに役立ちます。ありがとうございます。
(田主丸町 S・S 80歳)

私は選果場で仕事をしたことがあります。選果の写真を見たら懐かしい気分になつてもう少し若かったらまた仕事に行きたいですね。
(吉井町 T・Y 73歳)

「令和の米騒動」で店舗では品薄状態もありました。でも黄金色に輝く稲を見てみると、米騒動はどこ吹く風、心配はなさそうですね。
(田主丸町 H・N 80歳)

日々雑感

右田 英訓

【二宮尊徳(金次郎)】

皆さんは、二宮尊徳(本名 二宮金次郎)をご存じでしょうか？
昭和の時代は、勤労・勤勉の象徴として、全国の小学校にその銅像が設置されていました。薪を背負い読書をしている姿を思い出される方も多いと思います。最近では、「今の時代に合わない」「ながら歩きは危険だ」とかで、学校の校庭では見かけることが少なくなったようです。
小田原藩(現 神奈川県小田原市)が生家で、若いころ「菜種」を自分で栽培し採れた「菜種」を油屋に持っていき「燈明油(とうみょうあぶら)」と交換し、夜読書が続けたといわれています。

その二宮金次郎が28歳の時奉公先で考えた「五常講(ごしようこう)」という取り組みが、時の「小田原藩五常講」に拡大し、その考え方が、その後の「JAバンク」の原型とも言われています。具体的には「みんなのお金をみんなに貸す」「相互扶助金融」という考え方であり、その相互扶助「五常講」という考え方が、協同組合の基本的な精神に繋がるとされています。

【役員研修会】

今年度も、9月に4回に分けて役員全員が参加する「役員研修会」を開催しました。今回は、JA福岡中央会教育部諫山謙介氏を講師に迎え「JAグループにおける組合員学習の実践について」と題し、「協同組合の生い立ち」「協同組合とは」「協同組合と株式会社の違い」などについて、わかりやすく丁寧にお話しいただきました。その中で「二宮尊徳」のお話がありました。「指導金融」まさしくJA(農業協同組合)が行っている営農と金融の原型がそこにあります。

併せて、「相互扶助の精神をもとに、農家みんなの営農と生活を守り高め、よりよい社会を築くこと」を目的としてJA(農業協同組合)は事業を推進しています。農協は「共」の字ではなくて「協」の字を使います。「協」は字訓が「あわせる」であり「力を合わせて一緒に行う」という意味になります。今の時代、「新自由主義」という名のもと、「今だけ・金だけ・自分だけ」という「3だけ主義」が中心になってしまっているように感じます。私は本当にそれでいいのだろうかと思えます。日本人が大切にしてきた「助け合いの精神」がもう一度必要な時代がきていると考えます。

来年2025年は、国連において2回目となる「国際協同組合年」になります。「SDGs」の考え方であり、「農業協同組合」の原点である「相互扶助」の精神を今一度多くの方々と共有していきたいと考えます。



おたんじょうびおめでとう



令和5年
11月7日生

ほりえ はつき
堀江 葉月ちゃん

1歳お誕生日
おめでとう！
これからも元気に楽しく
たくさん笑おうね



令和4年
11月5日生

くりき よう
栗木 葉ちゃん

2歳のお誕生日おめでとう
可愛い笑顔に癒されてるよ
元気いっぱい
すくすく育ってね♡



令和3年
11月10日生

なかむら れい
中村 玲依ちゃん

れいちゃん、おたんじょう日
おめでとう!!
いつも、たくさんの笑顔
ありがとう!!

令和6年12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。11月8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コードからもお申し込み
いただけます。



11月30日(土)

虫追い祭りで観光列車をお出迎え!



11月30日(土)にJAにじ田主丸地区青年部が久大本線田主丸駅前にて、JR九州の観光列車「或る列車」および「かんぱち」の乗客に虫追い祭りを披露、来年の本祭りをPRします。

当日は「或る列車」が午後12時10分から30分、「かんぱち」は午後1時22分から34分まで田主丸駅に停車。それに合わせて田主丸青年部が2体の武将人形を演技して出迎えます。駅前なので一般の方も見学可能です。



頭の
体操



クロスワードパズル

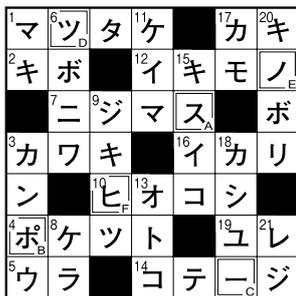
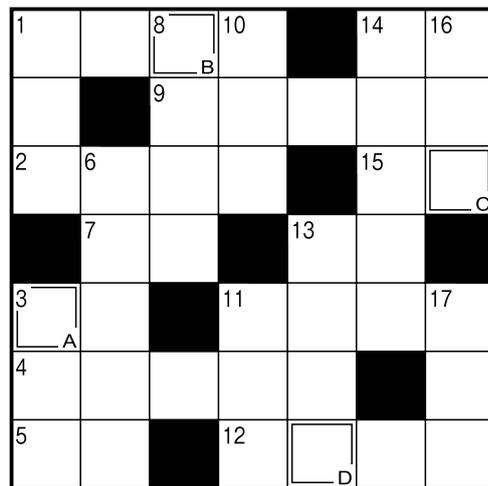
問題 二重マスの文字をA~Dの順に並べて
できる言葉は何でしょうか?

ヨコのカギ

タテのカギ

- 11月23日は勤労——の日。国民の祝日です
- 灰皿にたまります
- 『——の精神』はモンテスキューの著書です
- 広島県の紅葉の名所のひとつ。
世界遺産の神社があります
- 焼き鳥を食べると残るもの
- 金融——、——髪
- そば屋や居酒屋の入口にかけられていることも
- ギンナンがなる木
- 「九里よりうまい十三里」と売りに来るもの
- 茶わんと反対の手で持ちます
- 3の3——は9です
- クリの実を守るトゲトゲ

- 「鳥」より一画少ない鳥
- 園に子どもを迎えに行った
- お父さんそっくり! まるで——ね
- 料理店のメニュー表をこう呼ぶことも
- 美空ひばりのヒット曲。「柔」と書きます
- 患者を診ます
- 頭にキュッと締めるもの
- ジャガイモのことです
- 応報、身から出たさびだね
- 漢字で書くと雲母。きららともいう鉱物です



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年令⑤電話番号⑥JA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
JAにじ 企画管理課総合企画係
(FAX) 75-4633

■応募〆切 11月8日(金)当日消印有効

10月号の答えは「スポーツノヒ」でした (応募総数 42通)

※いただいたご意見・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。



JAにし職員・アルバイト募集

【申し込み・問合せ先】 JAにし本店総務課 ☎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にし管内（久留米市田主丸町・うきは市）の各事業所

申込締切 11月29日（金）

※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,1ターナー者
大歓迎!!



▲ホームページ



▲求人サイト

●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にし園芸流通センター
☎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にし総合会館

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閉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

JAにし総合会館
アルカス

※経験や性別は問いません。詳細はお問合せください。

【申し込み・問合せ先】 JAにし本店総務課 ☎0943-75-4121



水瓶座 (1/20～2/18)

【全体運】 万が一の備えが役立ちます。防災用品の準備を。年長者の話には耳を傾けて。友達との外出はいい気分転換に【幸運の食べ物】リンゴ

安心やnetうきは

うきは警察署生活安全課 76-5110

注意 山岳遭難

楽しい登山のはずだったのに...

そうならないためには正しい知識と準備が必要です
山のリスクを正しく理解して安全な登山を楽しみましょう



山岳遭難ゼロへ!

無理のない登山計画

気象条件や体力、技術、経験、体調等に見合った山を選択して、休憩時間を確保した余裕のある登山日程、安全な登山計画を立てましょう

複数人による登山

単独登山は、トラブル発生時の対処がグループ登山に比べて困難になる場合が多いため、慣れた山でも複数人による登山に努めましょう

連絡手段の確保

遭難した場合に備えて、自分の位置を速やかに救助機関に伝えることができるGPS機能付き携帯電話や無線機などの連絡手段を準備しましょう

冷静な状況判断

霧や雨による視界不良や体調不良時は、闇雲に進むことなく正規の登山道まで引き返し、早めに登山を中止しましょう

蛍光灯ランプで 重大事故発生!

～ 組み合わせに注意 ～



既設の蛍光灯ランプをLEDランプへ交換する際、「蛍光灯の差込口の形が同じだから大丈夫」「ピッタリと取り付けられたから適合している」

その組み合わせは… **誤り**です。

“不適切”な場合は、**危険性** “大”



照明器具をLED化する際は、LED球だけでなく
まるごと交換することが推奨されています。

★点灯方式などの専門的な知識が必要になるため、新しくLED照明への変更を検討されている場合は、ご自身で判断せず販売店やメーカーに確認してください。

※すべての一般照明用蛍光灯の製造・輸出入の廃止が、2027年末と決定しています。



問い合わせ先

久留米広域消防本部 浮羽消防署

TEL 0943-72-4193 FAX 0943-72-4192

税を考える週間

～これからの社会に向かって～

11月11日～11月17日

納税意識の向上に向けた
様々な取組を実施しています。

◆「税を考える週間」の特集ページ

国税庁ホームページに国税庁の取組を紹介するページを開設します。

◆講演会や説明会

国税局や税務署による
大学生や社会人向けの
講演会や説明会を全国各地で
開催します。

◆各種イベント

関係民間団体などによる講演会や
税の作品展など、全国各地で行われます。



国税庁は税務行政のDXを推進しています

- ▶「あらゆる税務手続きが、税務署に行かずにできる社会」の実現を目指しています。
- ▶国税庁における、データ分析やAIの活用を進めています。
- ▶関係省庁等とも連携し、事業者の業務のデジタル化推進に取り組みます。

税を考える週間



国税庁

https://www.nta.go.jp
法人番号 7000012050002



令和6年度甲種防火管理再講習の開催について

1 講習日程等 令和7年2月21日(金) 14時00分～16時15分
(受付時間13時30分～)

※気象状況等の理由により、講習前日や当日に急遽講習を中止する場合があります。

2 場所 久留米シティプラザ4階中会議室

3 受講料 2,000円

4 定員 60人

5 申込受付期間 (定員60名になり次第締め切り)

令和6年12月9日(月)～令和7年1月15日(水)

6 申込方法 **原則、インターネット(スマートフォンからの申請も可能)による申込みとなります。**



QRコードを使用するか、インターネットで「久留米広域消防本部防火管理講習」と検索し、申込みフォームから申し込んでください。

※受付開始日以前は、申し込みフォームやQRコードからも申し込みができません。

※郵送、電話、FAX、Eメールでの受け付けはいたしません。

※インターネット環境がない方は、代理の方による申請も可能です。

7 お問い合わせ先 久留米広域消防本部予防課

TEL : 0942-38-5159 FAX : 0942-46-5567



第19回



JAにじ

11/16(土)17(日)
AM 9:00~

農業祭り

場所 にじの耳納の里(北側駐車場)〈うきは市吉井町福益130-1〉

柿をはじめ地元の特産品が大集合!「野菜の詰め放題」や「農産物品評会」など、食と農を身近に感じて頂けるイベントの他「ピンゴ大会」「仮面ライダーガヴショー」毎年大好評の「赤ちゃんハイハイレース」など楽しい催し盛りだくさんの「JAにじ農業祭り」へ、ぜひお越しください!

仮面ライダーガヴショー

17日(日)

時間
1回目 10:00~
2回目 13:00~

場所
ステージ前

観覧無料

©2024 石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映

赤ちゃんハイハイレース

事前申し込み者のみの参加です。
受付はJAにじ本店企画管理課または各支店へ

16日(土) 10:40~

ミニ露店

スーパーボール、水ヨーヨー、ポップコーンなどの露店がたくさん出ます。

遊びにきてね!

牛乳無料配布

先着200名

タイムスケジュール

16日(土)	17日(日)
9:00 開会 牛乳無料配布	9:00 開会 牛乳無料配布
9:20 吉井中学校 吹奏楽部	9:20 究真館高校 吹奏楽部
10:00 中国変面ショー	10:00 仮面ライダーガヴショー
10:40 赤ちゃんハイハイレース	11:00 D-LIFE ダンス
12:00 にじの耳納の里20周年記念式典	11:40 浦田兄弟 ライブパフォーマンス
13:00 藤蔭高校 吹奏楽部	12:30 チアクラブ ハビネス、スーパーガール
14:00 中国変面ショー	13:00 仮面ライダーガヴショー
14:40 ラグビーチームLeRIRO福岡	13:40 女性部活動報告
15:00 閉会	14:30 農産物ピンゴ大会

※ステージイベントのプログラムは予告なく変更または中止になることがあります

田主丸出身

浦田兄弟

中国変面ショー

野菜の詰め放題

農産物品評会

地域の農産物品評会を実施。生産者自慢の農産物を展示します。

まだまだ他にも会場では、
いろんな催しが盛り沢山!!

JAにじ女性部
バザー
青年部もちつき即売会

ご来店お待ちしております。