

笑顔があふれるみんなの輪

Smile! けいちく



特集：平成 26 年度新体制スタート

5
2014

Vol.
13

大きくなれ

このコーナーでは、0才～3才までのお子様を募集しています。どうぞ応募ください。
JA福岡京築総務企画課
(広報担当:せぐち) 0979-82-6535



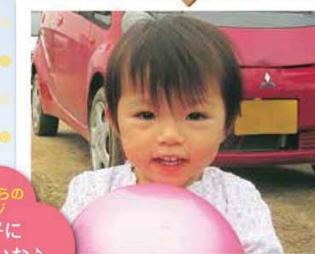
行橋市泉
さめ じま ゆうら なゆ
鮫島 優空ちゃん(2)
鮫島 凪結ちゃん(1)

ハバ・ママからのメッセージ
仲良し姉妹で
いてください。



豊前市大西
すえ よし しょう
末吉 翔くん(1ヶ月)

ハバ・ママからの
メッセージ
たくましく、思いやりのある
優しい子になってね。



築上町安武
ふじ さわ あお ば
藤澤 青羽ちゃん(1)

ハバ・ママからの
メッセージ
素直な子にな
ってほしいな♪



築上町築城
なが の きい
中野 結ちゃん(1)

ハバ・ママからの
メッセージ
優しく元気いっぱいに
育ってね♥

ベタホームのお料理教室

今月の RECIPE マーボーもやし

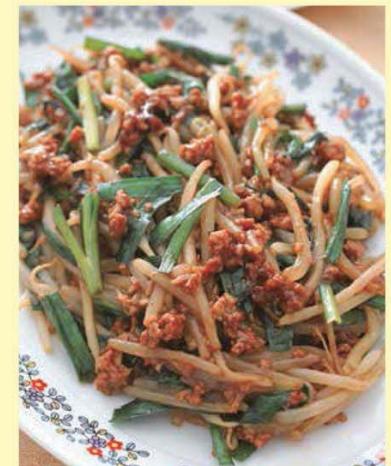
◎材 料(2人分)

A	もやし	1袋(250g)	ニラ	1/2束(50g)
	塩	小さじ1/6	豚ひき肉	100g
	サラダ油	大さじ1/2	サラダ油	大さじ1/2
B	長ネギ	-10cm	豆板じゃん	小さじ1/2
	ニンニク	小1片(5g)	てん麺じゃん	大さじ1
	ショウガ	小1片(5g)	酒	大さじ2

調理時間
20分

◎作り方(1人分240kcal)

- (1) Bの野菜はみじん切りにします。ニラは3～4cm長さに切れます。
- Cは合わせます。
- (2) フライパンにもやしとAを入れて混ぜます。ふたをして、中火で約2分蒸し煮にします。ふたを取って約2分炒め、水分をよく飛ばし、一度取り出します。
- (3) フライパンに油を温め、Bの野菜を弱火で炒めます。香りが出てきたら、豆板じゃんを加えてなじませます。
- (4) (3)にひき肉を加えてほぐしながら、ぱらぱらになるまで中火で炒めます。
- (5) Cをもう一度よく混ぜて加え、混ぜます。煮立ったら、もやし、ニラの順に加えて、さっと炒め合わせ、火を止めます。



審査保全課

野田 久教 課長【金融共済部金融課課長】

共済課

上田 雅則 主任【豊前中央支店主任】

共済課本店事故センター

福田 修 係長

【金融部／＼じ応援課旅行センター係長】

當農部

當農企画課

植田 優 次長

【椎田アグリセンター（當農・販売）次長】

園芸課専門指導員

西野 倫光 主任【當農部當農企画課】

園芸課専門指導員

奥西 康一 係長

【椎田アグリセンター（當農・販売）係長】

地産地消課

持永 敏幸 課長

【勝山アグリセンター長】

地産地消課（ふれあい市担当）

不動 慎也 【豊前アグリセンター（當農・販売）】

資材課京葉配送センター

塙田 正文 所長

【椎田アグリセンター（経済）次長】

経済部

荒木 佑斗 主任【豊前中央支店涉外担当】

地産地消センター

岩本 静香 基幹店長

支店

白川 誠 支店長【椎田支店基幹支店次長】

支店

末次 秀樹 支店長【豊前中央支店】

支店

塙田 諭史 主任【當農部當農企画課】

支店

吉永 好明 主任【仲津アグリセンター】

支店

河野 雅和 主任【豊津アグリセンター】

支店

持永 敏幸 主任【勝山アグリセンター長】

支店

塙田 諭史 主任【當農部當農企画課】

支店

川崎 崇史 主任【椎田支店】

支店

岡山 良司 主任【三毛門支店】

支店

向 龍也 主任【豊前中央支店】

支店

有吉 哲郎 主任【豊前中央支店】

支店

涉外担当

宮本麻里恵 宮本麻里恵

涉外担当

元島 稔一 【豊農部営農企画課】

営農部

田中 誠一 支店長【椎田支店】

営農企画課

上城井支店 基幹店長

営農企画課

下城井支店 基幹店長

営農企画課

岩本 静香 基幹支店長

営農企画課

吉元 好春 基幹支店長

営農企画課

山中 祐治 基幹支店次長

営農企画課

大塚 宏紀 基幹支店次長

営農企画課

有永 智和 基幹支店次長

営農企画課

壽崎 幸典 基幹支店次長

営農企画課

中嶋さやか 基幹支店次長

営農企画課

加来 昭宏 基幹支店次長

営農企画課

橋本 幸恵 基幹支店次長

営農企画課

岡 勤美 基幹支店次長

営農企画課

高島 憲一 基幹支店次長

営農企画課

栗山 太一 基幹支店次長

営農企画課

大塚 宏紀 基幹支店次長

営農企画課

佐島 吉昭 基幹支店次長

営農企画課

藤井 佑弥 基幹支店次長

営農企画課

別府 和哉 基幹支店次長

営農企画課

吉田佳奈恵 基幹支店次長

営農企画課

中島 和俊 基幹支店次長

営農企画課

栗山 太一 基幹支店次長

営農企画課

福嶋 恵 基幹支店次長

営農企画課

吉田佳奈恵 基幹支店次長

営農企画課

中西 造己 基幹支店次長

営農企画課

雪山 美香 基幹支店次長

営農企画課

山本 彩華 基幹支店次長

営農企画課

吉田佳奈恵 基幹支店次長



果樹害虫(訪花害虫)について

ツバチの放飼時期と重なるので、連絡を行つ必要がある。

対策
カキの場合は開花期の防除は受粉(訪花昆虫)への影響が出る恐れが強いので、花が咲いている間の防除は控える。開花終了後(富有では5月下旬)に防除を行う。

5月は各種果樹が開花する季節で、ミツバチ類、ハナアブ類等が受粉に携わります。これらの昆虫は花粉や蜜を食べに訪花し、果実の生育(栽培者にとって都合の良い形で受粉させます)。

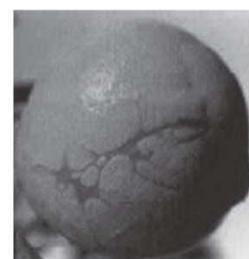
しかし、ハナムグリ類、ケシキスイ類、アザミウマ類等は、同じく花粉や蜜を自指して訪花しますが、その際幼虫を傷付け、商品価値を低下させる害虫となります。

訪花害虫の防除を行際は、役に立つ昆虫への影響を考慮して、適切な時期・適切な薬剤で行いましょう。

○柑橘類について
ハナムグリ類、ケシキスイ類が害する、果実に褐色で線状の傷が発生する。中晩柑・柚子で被害が多く、温州みかんでは比較的少ない。

●対策
主に開花初期から盛期にかけて加害するので、この時期(中晩柑・柚子では5月中旬頃)に防除を行なう。近隣に養蜂家がいる場合は、ミニベリ類に被害が発生する。中晩柑・柚子で被害が多い。近隣に養蜂家がいる場合は、ミニベリ類に被害が発生する。中晩柑・柚子で被害が多い。

○カキについて
ヘタムシガ類やアザミウマ類が開花期前後に加害する。ヘタムシガ類は、若齢の時は芽を食べてまり、その後果梗やヘタ部から果実に入する。アザミウマ類は開花期前後に訪花し、果実を傷付け商品価値を下げる。



▲アザミウマの被害幼果

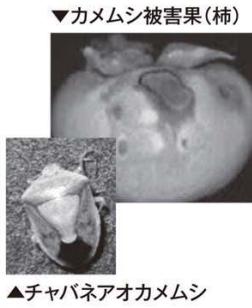
▲ハナムグリ被害果

対策
今年はチャバネアオカメムシが早い時期から多発飛来すると予想されます。果樹全般を4月~10月頃加害し、吸汁・落果等の被害を与えます。圃場の巡回を止めに行い、適期防除を行いましょう。

○カキについて
カキの場合は開花期の防除は受粉(訪花昆虫)への影響が出る恐れが強いので、花が咲いている間の防除は控える。開花終了後(富有では5月下旬)に防除を行う。

最後に・・・
農薬を使用する前に必ずラベルの内容を確認しましょう。

(担当:果樹係)



▼カメムシ被害果(柿)

▲チャバネアオカメムシ

健康百科

生活習慣病を防ぐ食べ物

佐久総合病院名誉院長 松島松翠

生活習慣病には、がん・高血圧・脳卒中・心筋梗塞・糖尿病などがあります。まずは、がんを防ぐ食べ物としては、野菜や果物をしっかりと摂ることが基本です。野菜や果物には食物繊維やビタミンなどが多く入っていて、多く摂る人ほど食道がんや胃がんの危険度を下げます。漬物や塩蔵食品(塩蔵たらこ)など高塩分の食材は胃がんの危険度を上げますので控えめにします。また赤肉(牛豚羊の肉)・加工肉(ハム・ソーセージ・ベーコンなどの大量摂取は、大腸がんの危険度を上げますが、毎日でも1日100g以内なら問題ありません。逆に肉類が不足しがちではありません。逆に肉類が不足しがちではありません。

高血圧症・脳卒中の予防には、何といつても塩分の制限が必要です。日本人は塩分を好む傾向にあるので、自分ではそんなに摂っていないつもりでも、実際はかなりの量を摂っています。今の3分の2ぐらいにするつもりで努力してください。

糖尿病については、いつも食べ過ぎるといふこともよくあります。このことに注意し肥満にならぬよう努力す

四季の花づくり

挿し芽の好適時期

早川京子

4月後半から5月は花をはじめるベニバナ・ゼニア・ツバメなど草花の挿し芽には好適な時期です。バーミキコライト・ヤ川砂に挿して雨の掛からない、半日陰の場所で発根させます。水やりは控えめにしましよう。前回挿した方法を紹介した菊は発根しやすい植物ですが、朝のうちに直射日光に当たるようになります。発根後はあまり日を置かず、鉢へ植え替えて養成することも菊の苗作りのポイントになります。

発芽が必要な草花の種まきには、まだ植えていない球根は早めに植えましょう。4月に種まきしたものは、かまくまで植えましょう。

まだ植えていない球根は早めに植えましょう。4月に種まきしたものは、かまくまで植えましょう。本葉1~2枚にまつり急速に生育して、株間が込み合ってきます。本葉1~2枚で植え広げて、風通しを良くし、伸び伸びと育つようにしてやります。本葉数枚で定植しますので、早めに酸度の矯正や元肥の施用など花壇の地をじっくりおきましょ。

サクランボは5月中旬には花が終わりますが、この時期が一つの栽培のポイントになります。花が終わったら花をすぐに取り除き、種子を作らせないようにします。古い根株の上に新しい芽ができるまで、これを覆うように増し土をしておきます。これをやらないと翌年用の良い芽ができるません。

この時期に花が終わるドイツアゲツ(ジャーマンアゲツ)も花の咲いた株の根元に新しい根株ができるいます。株分けして植え付けましょう。

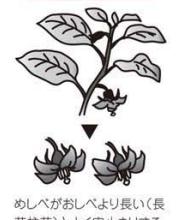
ナスは 大苗に育て、 健康診断に 基づく管理で 良果多収を

購入苗の場合

小鉢の場合が多いので、大きめの鉢に植え替え再育苗する



健全な育ち



栄養不良の育ち



漬けて良し、煮て良し、焼いて良し、揚げ物、生食など、大変使い向きの広い野菜です。近ごろは千両ナス、焼きナスにして保存ができることも分かり、いつそう魅力を高めてきました。

果菜類の中では成功率が高い方なので、家庭菜園にはぜひ取り入れて、色々の良い良果を、秋までも収穫し続けたいものです。

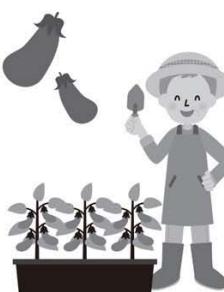
性質は高温好みで、生長はゆっくり。種まきから開花まで60~70日もかかるので、通常は市販の苗を買い求めて栽培するのがお勧め。しかし、育苗コストがかさむので小苗を買い求めてすぐに植え出すのは失敗のもの。一回り大きめの鉢に、良い用土を補い、鉢間を十分に与えて花が咲くまで2次育苗し、暖かくなつてから畑に植え出すようにしましょう。

陽光を受け気温が高まるとともに、ナスは紫黒色の形良い果実が続けて取れますがやがて株の勢いが弱まり実止まりが悪く、品質も低下し、早くも中止まりが悪くなります。この現象はナスの一生のうちに3~4回現れます。

その主因となるのは着果負担増大による「なり疲れ」と、肥料不足による栄養失調です。この状態をよく見定め栄養診断し、早めに適切に対処することが重要です。

好ましい栄養状態は、茎が太く、葉は大きく厚みがあり、色良いこと、咲いた花の上には4~5枚の葉が開いていて、花は大きく、色濃く、おしへよりもしふの方が長い(長花柱花)ことです。逆に、花は小さく、色深く、めしふが短く(短花柱花)おしへの中に隠れてしまっている状態は栄養不良です。このような花は実止まりせず、ほとんどが落花してしまうのです。

栄養診断結果が不良な場合の対策としては、まず果実を思い切って若取りし、株の着果負担を軽減することです。そして追肥で栄養を補給します。踏み固めた通路に根が張りやすいようくわを入れて通気を図り、乾いていたらからん水し、防乾の敷きわらを行います。その他、生育盛りに入り茎葉が込み合っては、また果実を思い切って若取りし、株の着果負担を軽減することです。7月下旬には思い切って枝を切り詰め更新剪定(せんてい)し、株の周りに堆肥や肥料を施し、おいしい秋ナス取りも狙いましょう。



JAからのお知らせ

宅配スイートコーン、はじまるよ!!

産地直送!!
朝採り新鮮!
あまくておいしい!!

スイートコーン 「京築の恵み」

【受付期間】平成26年5月7日(水)~6月6日(金)
【商品代金】2,700円(送料・消費税込)
1ケース4kg(7~13本)入り。
【商品内容】6月上旬から発送開始の予定。
天候により発送時期が変更になることがあります。
【申込内容】専用の申込用紙を最寄りの郵便局
またはアグリセンターに準備しています。

【お問い合わせ】営農部園芸課
TEL 0930-24-2961

※写真はイメージです。

平成26年度JA福岡京築女性講座 (みやこ地区)受講生募集

子育ての悩み、仕事や家族のこと、何でも話せる仲間と楽しいひと時を過ごしませんか?お友達や仲間と一緒に気軽にご参加ください♪

開催期間/1期1年(5回) 第2週木曜日 2時間程度

講座内容	
日 時	内 容
第1講 6月12日(木)午前10時~	・開講式・フラワーアレンジ
第2講 8月上旬	・社会見学 [八丁原発電所] ~地熱発電~
第3講 10月9日(木)午前10時~	・セルフリーナー講座
第4講 12月11日(木)午前10時~	・クリスマスリース作り
第5講 2月12日(木)午前10時~	・料理教室・閉講式

募集人員/30名(先着15名までは40代までの方向を優先します)

受講料/入会金1,000円(一部の材料費他を充てます)

※その他講座に係る教材、材料費などは実費負担とします。

※入会金は開講式当日に徴収させていただきます。

募集締切/平成26年5月30日(金)定員になり次第締め切ります。

【お問い合わせ・お申込み先】
経済部くらし応援課 女性部事務局
TEL 0930-24-2614 FAX 0930-25-6886

開講のお知らせ

第1回 イチジク初級栽培講座

開講のお知らせ

当JAでは、イチジクの栽培を始めた方、興味のある方、栽培を始めて1・2年目の方を対象に、イチジク初級栽培講座を開講いたします。

講座は年3回を計画しており、第2回は6月上旬、第3回は11月上旬を計画しています。

是非この機会にイチジク栽培の基礎から学んでみませんか?

【開催日時】平成26年5月9日(金) 9:30~
【開催場所】営農・経済本部4階会議室
(行橋市西宮市5-11-1)

【お問い合わせ】営農部園芸課
TEL 0930-24-2961

