

笑顔があふれるみんなの輪

# Smile! けいちく



特集：食品ロスを減らすために私たちができること

10  
2018  
Vol.  
66

今月の

# 表 紙

## 9/8 ビューティフルーツ フェスティバル開催

京築特産品イチジクのPRの為、「第2回ビューティフルーツフェスティバル」を行橋駅東口特設会場にて開催しました。

今年も「美と食」をテーマにイチジクの魅力を多くの人に知つてもらおうとイチジクを使った料理やイチジクの試食・販売を行いました。

イベント当日は、行橋中学校吹奏楽部の演奏でオープニングを飾り、会場では地元産の新鮮イチジクの試食・販売をはじめ、地元飲食店の協力でイチジクを使用したさまざまなアイデア料理も販売され、雨のなか多くの来場者を楽しませてくれました。



当JAでは、いちじく「蓬莱柿」の出荷が最盛期を迎えた。今年度は、県内4市場、県外10市場に出荷を計画しており、8月中旬の出荷開始前には出荷規格検定会を開き、着色・ひらき程度による規格の確認を行うなど、品質、選別等の個人間格差の是正による商品性の向上を図りました。

また、昨年まで西宮市集荷場の1箇所だった冷房を完備した検査レーンを西部集荷場にも設置したこととで、品質を維持したままの集荷・検査が可能になり、安全・安心で高品質な「蓬莱柿」の安定販売につながっています。

蓬莱柿の出荷は、11月上旬まで続く予定です。

## 「蓬莱柿」の出荷が最盛期を迎える



I  
N  
D  
E  
X

02 今月の表紙

03 JAからのお知らせ

04 食品ロスを減らすために  
私たちができること

06 わが街NEWS

10 営農ワンポイント

11 健康百科  
私の食育日記

12 あなたもチャレンジ! 家庭菜園

13 JAからのお知らせ

14 クロスワードパズル  
第5回理事会報告  
JAデータ(8月末)

16 大きくなあ～れ  
お料理教室  
JAからのお知らせ



# JA福岡京築 収穫感謝祭

スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋…と、秋にはいろいろありますが、JAでは祭りの秋の到来です。

JAならではの趣向を凝らしたイベントが目白押し。子どもから大人まで楽しめること間違いなし!!

また、会場では新鮮な農産物の販売や様々な露店も軒を連ねる予定です。  
皆様、お誘い合わせのうえご来場下さい。



行橋・みやこ地区

## 収穫感謝祭 in みやこ

開催日 平成30年 11月3日(土)

会場

JA宮農・経済本部  
(行橋市西宮市5丁目11-1)



築城・椎田地区

## 収穫感謝祭 in 築上

開催日 平成30年 11月10日(土)

会場

すばーく築城  
(築上町大字築城999)



豊前・築東地区

## 収穫感謝祭 in 豊前・築東

開催日 平成30年 11月17日(土)

会場

JA総務・金融本店  
(豊前市大字荒堀500)



※開催時間につきましては、来月号でお知らせします。



# 食品ロスを減らすために 私たちができること

管理栄養士・株式会社エミッシュ代表 柴田 真希(しばたまき)

「食品ロス」という言葉をご存じでしょうか？ 食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本では食料消費全体の3割に当たる約2800万トンの食品が捨てられていますが、このうち食品ロスは約632万トンとされています。日本人1人当たりに換算すると、お茶わん約1杯分の食べ物が毎日捨てられている計算です。

こんなにたくさんの食品が一体どこで廃棄されているかというと、食品メーカー、卸、小売店、飲食店など岐にわたります。メーカーや小売店では、定番カット食品と期限を超えた食品などの返品、バレンタインなどイ

ベント商品などの売れ残り、包装の破損や印刷ミスなどが廃棄されてしまう理由です。

対策としては、安全に食べられる食品は福祉施設などへ無料で提供する「フードバンク」と呼ばれる活動が行われています。また、3分の1ルール（食品の製造日から賞味期限までを3分割し、「納入期限は、製造日から3分の1の時点まで」「販売期限は、賞味期限の3分の2の時点まで」を限度とする食品流通業界の商慣習）の見直しなどもされているところです。

しかし、実は食品ロスは家庭からも多く発生しています。実に年間約302万トンにも上るのです。

数値・データ等は政府広報オンラインより

## さまざまな場面で発生する食品ロス



約330万トン

約302万トン

約632万トン

イラスト:MDRデザイン事務所

## 食品ロスを減らす5つの工夫

家庭での食品ロス削減は誰もができること。食べ物の廃棄量を減らすという環境面だけでなく、家計面にもメリットがあり、新鮮なうちにうまくやりくりできれば、体調面でも良い効果が得られるでしょう。では、そのための5つの工夫をご紹介します。

### 食材を買い過ぎない

安いからなどの理由で食材をたくさん購入したり、在庫があるのを忘れて同じ食材がかぶったりすると使い切れずに腐らせてしまう原因となります。このような無駄を防ぐためにも、買い物の前にはしっかり食品の在庫を確認して、必要な分だけ購入するようしましょう。もしも同じ食材を購入してしまったら、冷凍庫をうまく活用したり、早めに調理して作り置きにするのも良いでしょう。



### 食材のアレンジ

何かを作るために購入した食材も、使い切れなかつた場合は他の料理にアレンジして上手に使い切るようにしましょう。料理が苦手な人はなかなか難しいと思うかもしれません。が、加熱して食べられる野菜などは小さく刻んでみそ汁やスープにすれば毎食の料理に入れることができます。生食の食材もドレッシングなどと混ぜてサラダやあえ物に。レシピサイトで検索して新しい料理にチャレンジして、レパートリーを増やすのも良いでしょう。

### すぐに食べる物は賞味期限の短い物を

家庭での食品ロスを少なくするために食品を購入する際、賞味期限の長い物を購入するように気を付ける人もいらっしゃるでしょう。ただ、その分賞味期限が短い商品が店に残ってしまえば店側で廃棄することになってしまいます。もしすぐ食べるものであれば、新しい物ではなく古い順番に取るようにし、食品ロスを少なくする協力し合うことも大切です。

### 「消費期限」と「賞味期限」の違い

「消費期限」と「賞味期限」の違いをしっかりと理解しているでしょうか。

「消費期限」とは、お弁当やお惣菜など品質の劣化が早い食品に表示されている食べても安全な期限のこと。従って、期限を過ぎた食品は食べない方が安全です。

一方、レトルト食品やハム・ソーセージなど、品質の劣化が比較的遅い食品に表示されている「賞味期限」は、いわば「おいしく食べられる期限」。期限を過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。例えば、卵の賞味期限は「生食できる期限」を示したもので、しっかり加熱すれば期限を過ぎても食べることができます。

	賞味期限	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限。この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではない。	期限を過ぎたら食べない方がよい期限。
表示	3ヶ月を超える物は、年月で表示し、3ヶ月以内の物は年月日で表示。	年月日で表示。
対象の食品	スナック菓子、カップ麺、缶詰、レトルト食品、ハム・ソーセージ、卵、牛乳など。	弁当、サンドイッチ、生菜、惣菜、ケーキなど。

### 外食での食べ残し

家で作る際には多めに作り過ぎないこと、余っても冷蔵庫などで保存し早めに食べ切るなどの工夫することができます。ただし、外食の場合は食べ切れないと捨てられてしまうことになります。そうならないためにも、メニュー表に写真がなく量が確認できない場合は、お店の人に確認しましょう。また嫌いな物やアレルギーなどで食べられない場合は、初めに言って抜いてもらうように。小盛りメニューがあるか、ご飯の量を少なくするかなどで調整するのも良いでしょう。



## 女性部活動報告

8/2 親子料理教室

行橋市にある営農経済本部で女性部苅田支部親子料理教室を開催しました。親子27人が参加し、とても賑やかに行われました。この日はコーンご飯、夏野菜が入ったスープ、ゴマ豆腐、牛肉とたきごぼうのゴマチーズ白和え、ミルクアイスキャンデーを作り、子供たちはとても満足な様子でした。



8/4 「夏のつどい」椿市支部が参加

行橋市長尾にある椿市小学校で夏のつどいが開かれ、女性部椿市支部が参加しました。この日はかき氷、山菜おこわ、かしわご飯を販売しました。

暑い中多くの参加者が訪れ、賑やかなお祭りになり子供たちは笑顔が溢れ楽しんでいる様子でした。



8/7・28 女性講座



当JAは「楽しく学びながら新しい仲間づくり」を目的にした女性講座の第3講を本店と営農経済本部の2会場で開催しました。

講座では、桃園季実子氏を講師に招き体操教室「ズンバゴールド」を行いました。「ズンバゴールド」とは、初心者や高齢者にも踊りやすいダンスプログラムで、テンポの速い曲やゆっくりした曲に合わせて動きます。約1時間の受講でしたが参加者は汗をかきながらも楽しい時間を過ごしていました。



8/21 日帰りバスツアー



当JA女性部犀川支部は、部員間の交流を深め組織の活性化を図ることを目的に、日帰りバスツアーを企画し、26名が参加しました。

バスツアーでは、福岡市にある「味のめんたい福太郎工場」を見学後、博多座落語「百年先も愛される嘶」をコンセプトとした人気の演目を観劇し、観光やお買い物を楽しみました。



8/24 女性部がまつり協力



みやこ地区女性部は、8月25日に行われた行橋夏祭り「こすもっぺ」のオープニングセレモニーの餅まきに使用される餅作りを行いました。

当日は60kgのもち米で紅白餅を作り、一つ一つ袋にいれて完成。

毎年、女性部は餅まき用の餅作りを行なっており、お祭りの来場者にも大好評です。



# 第42回JA福岡役職員連盟 小倉支部体育大会

9/1 開催

JA福岡役職員体育大会が嘉麻市で開かれ、男子バレー・女子バレーが出場し、日頃の練習の成果を発揮し、強豪を相手に熱戦を繰り広げました。



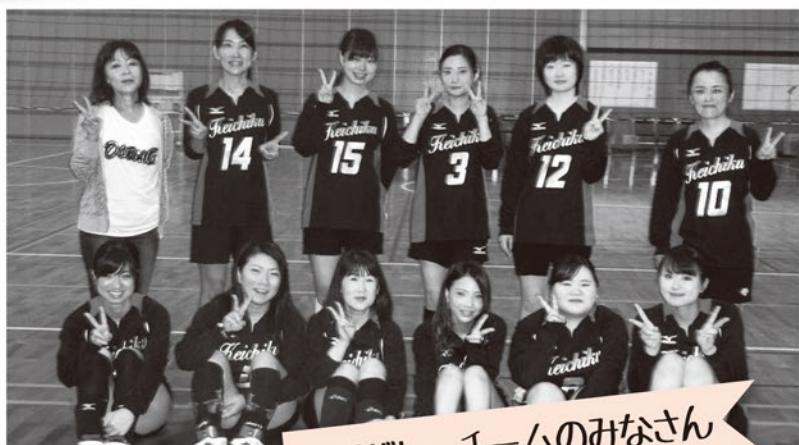
男子バレーチームのみなさん



大会結果は次のとおりです。

男子バレー 2位

女子バレー 4位



女子バレーチームのみなさん

## わが街 NEWS

### 第6回 普通作部会総代会



7/24

普通作部会総代会

当JA普通作部会は、豊前市にある本店大ホールで第6回総代会を開き、214人（委任状含む）が出席。総代会では、決算報告などのすべての議案が可決承認され、  
①安全・安心な農産物作り  
②適正農薬の使用及び栽培履歴記帳の徹底、生産工程管理方法の取り組み  
③ふくおか農産物安全・安心情報発信の3項目を活動計画に掲げました。

当JA金融共済部は、行橋市にある営農経済本部大ホールで、相続税や相続時のトラブルなどの現状を知つてもらおうと相続税対策セミナーを開催し、およそ40名が参加しました。

セミナーでは、当JAの非常勤監事でもある税理士の田中英次氏を講師に招き、「高齢化社会での相続税対策」をテーマに講演。

その後、参加者からの節税対策や贈与・相続財産、遺言書など幅広い内容の質問にも詳しく説明していただき、税理士の対応に参加者は疑問や不安を解消した様子でした。

### 8/1 相続税対策セミナー



この祭りは、女性部豊津支部長中村久子さんが、地域の方との交流を増やし子供たちにJA事業、農の大切さを知つてもらいたいと考え企画し、来場者は年々増えています。

会場では、地場産の新鮮野菜、かき氷、焼きそば、カレーなどを販売。子どもたちにはポン菓子の無料配布もあり、来場者はイベントを満喫した様子でした。

当JA金融共済部は、本店と営農経済本部の2会場で窓口ロールプレイング大会を開催しました。

この取り組みは、窓口の接遇応対及び商品知識の習得、セールス方法を確認し、自らが向上心を持ち、異なる窓口セールスや顧客サービスの向上に努め、組合員・地域の方々から信頼され親しまれる「窓口職員」の育成を目的としており、当日は各支店の貯金および共済担当者が、7分間という限られた時間の中でもチラシなどを活用し、商品を分かりやすく説明。各担当者のレベルの高い接客に会場は大きな拍手で包まれました。

### 8/4 平成30年度上期 窓口ロールプレイング大会



みやこ町勝山地区で「第13回みやこ町夏祭り」が開催されました。当JAから勝山アグリセンター職員が参加し、ステージイベントで「勝山米」をPRしました。当日は80kg分の「勝山米」を賞品として、じゃんけん大会を行いました。イベント開始前から大勢の人が集まりとても賑やかなイベントとなりました。「勝山米」は噛みしめると甘味が広がりもちもちとした食感が特徴で、採れたて市場などで販売していますので、ぜひご賞味ください。

### 8/18 みやこ町夏祭り

# わが街 NEWS

第3位 優勝 優勝  
伊藤一夫さん (写真左)  
連波嘉代子さん (写真中央)  
安中好和さん (写真右)

8/20

## グラウンド・ゴルフ大会開催

当JJA年金友の会長嶺支部は、組織拡充ならびに会員相互の親睦と連携をはかるため、グラウンド・ゴルフ大会を行橋市にある「みやこの苑グラウンド」で開催しました。

当日は26名が参加。参加者は優勝を目指して、白熱した試合が繰り広げられました。

大会結果は次のとおりです。



8/21・22・23  
廃プラスチック類の回収

当JJAでは、廃プラスチック類の回収を管内のみやこ地区5箇所で行いました。この取り組みは、行政とJJAが協力して毎年行なっており、今回は235名の生産者から約22.5tを回収。回収した廃棄物は、リサイクル資源として再利用されることになります。



8/24

## 年金友の会囲碁大会

当JJA年金友の会は、第6回目となる囲碁大会を開催しました。

大会は個人の段級別に2クラスに分け、各クラスから勝利数で優勝者を決める競技方法で、一局、一局、熱戦が繰り広げられました。

大会の結果は次のとおりです。

[Aクラス]

優勝 優勝 中尾信博さん (写真中央)

優勝 島田正憲さん (写真左)



8/26  
アグリキッズ定植体験

当JJA勝山アグリセンターと勝山支店は、勝山地区のみやこ町立黒田小学校の総合学習の時間を利用し、近隣の畑で全校生徒(127名)を対象に野菜の定植授業を行いました。これは、「あぐりキッズスクール」の一環で、5月の野菜定植(果菜類等)・6月の田植え体験・今回の野菜定植などをを行うことで、児童たちが農産物への関心を持ち、食と農を身近に感じてもらうことを目的としています。

生徒たちが汗をかきながら一生懸命に定植した野菜(じゃがいも・キャベツ・はくさい)は、追肥や土寄せ等の管理を行いながら、11月に開催される「ごふん祭り」で販売する予定です。



## 麦の单收向上に向けて

### ◆播種前の準備

麦(特に大麦)は湿害と酸性土壤に非常に弱く、生理障害が出やすいので理を行いましょう。

### ① 硬盤の破碎

サブソイラやスタブルカルチを用いて、深さ20～30cm程度のところにある硬盤を破碎する。

### ② 周囲溝の設置

溝掘り機でほ場の外周に深さ20cmの溝を設ける。

表2 品種ごとの播種時期、量について

分類	品種	播種適期	播種量
ビール大麦	しゅんれい		
食糧用大麦	はるしづく	11/20～12/5	7～8kg/10a
	はるか二条		
小麦	チクゴイズミ	11/15～11/30	6～7kg/10a
	ちくしW2号		

※遅播き(大麦は12/20まで、小麦は12/15まで)の場合、播種量を2kg/10a程度増やす。

表1 土壤改良剤の散布量の目安

資材名	施用量
消石灰	100kg/10a
苦土石灰	200kg/10a
ミネラルG	160kg/10a

※目標土壤pH:6.0～6.5

※麦播種前には必ず散布する。

### ③ 土壤pH矯正 (表1参照)

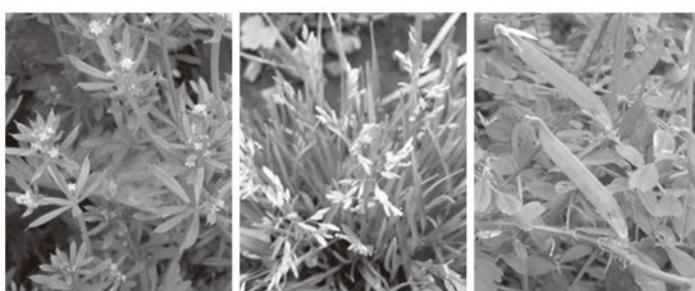
### ◆播種

大麦の網斑病など種子伝染性の病害を抑えるため、播種前に種子消毒を行いましょう。

播種適期は11月中旬からです。表2を参考に、必ず適期に播種しましょう。また、排水対策の一環として、必ずうね立て播種しましょう。

### ◆雑草対策

麦ほ場では写真のような雑草が多くみられます。これらの雑草は、播種直後の除草剤散布や、中間管理(土入れ・中期除草剤散布)で防除します。



左から、ヤエムグラ、スズメノカタピラ、カラスノエンドウ



左:カラスマギ 右:ネズミマギ

### ◆播種直後の除草剤散布

土壌表面にしっかりと除草剤の処理層を形成するため、碎土は細かくします。

液剤散布では、ほ場が乾燥している場合は農薬登録の範囲内で散布水量を多く、湿っている場合は散布水量を少なく調整し、除草剤をしっかりと効かせましょう。

### ◆難防除雑草について

近年、イネ科雑草のカラスマギ(エンバク)やネズミマギ(イタリアンライグラス)が増えています。これらの雑草対策として1月下旬～2月上旬の土入れ後(雑草発生前)にトレファノサイド乳剤または粒剤2.5gを全面散布する手法があります。(詳細は麦栽培ごよみ参照)。

また、水稻との輪作が有効です。

## お年寄りの膝の痛み

佐久総合病院名譽院長・松島松翠



朝起きて歩きだしたときや、長じ時間座っていた姿勢から立ち上がるうとしたときに両方の膝が痛む。そのような症状を訴えるお年寄りがいます。お年寄りに最も多いのが「変形性膝関節症」です。これは膝関節の軟骨がすり減る病気で、一種の老化現象といえます。

症状の特徴は「膝の痛み」と「膝に水がたまること」です。初期のうちに朝起きて歩きだしたときや、長い時間座つていた姿勢から立ち上がって歩き始めたとき、あるいは階段を下りるときなどに、痛みを感じます。膝に水がたまるとき、膝が腫れていきます。さらに症状がひどくなると、足を

真っすぐに伸ばすとどうしても伸ばせなくなります。膝の曲げ伸ばしができなくなつたり、歩行や階段の上り下りも不自由になります。また、夜眠っていても膝に負担がかかり、痛みで目を覚ますこともあります。

このような症状があつたら、早めに整形外科で診てもらうのが良いのです

が、日常生活の中で痛みを取る方法を以下述べましょ。

一つは、膝を支えている太ももの筋肉（大腿<sup>（だいたい）</sup>四頭筋）を鍛えることです。年を取つてこの筋肉が弱くなることが、膝の負担を多くして、痛みを起こすからです。やり方は、いすに腰掛けて片方の足を膝が真っすぐになるまで水平に上げます。上げたまま10数えたら静かに下ろし、今度は反対の足で同じように行います。これを左右それぞれ10回ずつ繰り返し1日2回行います。

もう一つは、肥満の方は減量することです。歩行中には、片膝に体重の3～4倍、階段の上り下りでは、4～5倍もの負担が加わるといわれています。体重を1kg減らすだけで、片膝にかかる負担は3～5kgも少なくなります。

## 私の食育日記

味比べパーティーで味覚のお勉強

食育インストラクター・岡村麻純



我が家で最近はやつてているのが味比べパーティーです。もともとはパパが大のトマト好きで、いろいろな種類のトマトが食べてみたい！とミニトマトから大きいトマトまでサイズもいろいろ、赤だけでなく黄色や緑と色もいろいろ、「桃太郎」にファーストトマトと品種もいろいろ、たくさん食卓に並べみんなで食べ比べてみたのが始まりです。4歳の息子も一緒に食べて、「これが一番甘いね」とか、「こ

の辺は酸っぱくて、これが甘じよっぽい！」とか、彼なりの言葉で表現しています。これって立派な食育になつていると気が付きました。

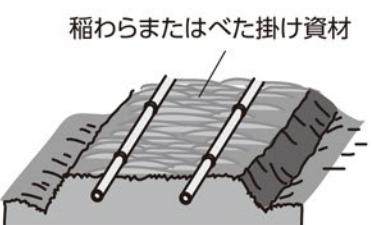
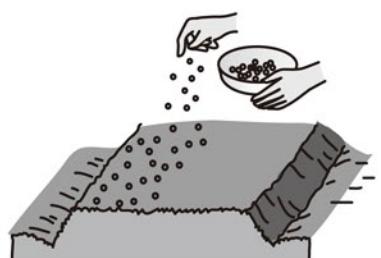
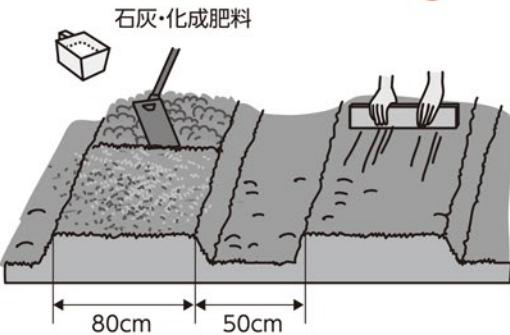
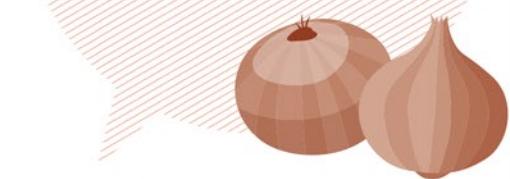
私たち大人より子どもの方が味を認識する味蕾（みらい）がたくさんあり、味覚は敏感です。乳幼児の頃にはこの味蕾は

が味比べパーティーです。もともとはパパが大のトマト好きで、いろいろな種類のトマトが食べてみたい！とミニトマトから大きいトマトまでサイズもいろいろ、赤だけでなく黄色や緑と色もいろいろ、「桃太郎」にファーストトマトと品種もいろいろ、桃太郎が大好きで、毎日トマトを食べています。その後は減少し、高齢者といわれる頃には、約3000個になるそうです。たばこや嗜好（しこう）品、味の濃い食事を続けることで味蕾は減少しやすくなることが分かります。

しかし子どもは、味に対する経験値は大人より未熟です。なので、こうやって味比べをすることで、味覚への意識が高まり、まさに味覚のお勉強になるのだと思いました。

トマトだけではなく、白米をいくつかの銘柄で比較してみたり、全国のご当地うどんの味比べをしたり、最近では家で作っている食パンの強力粉を、「はるゆたか」と「ゆめちから」と、種類ごとに焼いて味比べをしてみたりしています。同じ物がたくさん並ぶせいか、息子はいつも大はしゃぎです。味だけでなく、歯触りや香りの違いにも意識が向くよう、これからもいろいろな味比べパーティーをしてみようと思います。

## たくさん育て、たくさん食べよう タマネギ



切ると出る涙の原因は硫化アリル、ビタミンB-1の吸収を助けて新陳代謝を活発にし、コレステロールの代謝を活発にし、血液をサラサラにして動脈硬化や高血圧、糖尿病を予防する効果もあります。近年明らかになつたところによると、野菜の中では最も細菌病、大腸菌などを寄せ付けず、安全性では極めて優れていることが裏付けられています。

タマネギは病害に強く、毎年同じ畠でも作れるので、自家菜園の作付けにとても大変有利です。貯蔵力もあり、使い道も幅広いので、たくさん育てることがあります。

家庭菜園では、通常晩秋に出回る苗を買い求めて育てる場合が多いのですが、ご承知のようにタマネギは黄、白、赤の品種があり、収穫期の違う極早生、早生、中生、晩生と特徴のある数々の品種があります。

これらを上手に育て楽しむには、自分で好みの品種を選び、種子から育てる必要があります。特に直売など販売を目的とする場合は、苗代の負担も大きくなってしまいます。

JJAや種苗専門店、栽培農家などに聞いて決めることが大切です。特に中晩生の品種を早くまき過ぎると、越冬するまでに大きく育ち過ぎ、寒気に感じ過ぎてとう立ちするものが多く、失敗します。

苗を上手に育てるには、苗床の前作を早めに片付け、種まきの20日前に完熟堆肥と石灰、化成肥料を上前に完熟堆肥と石灰、化成肥料をよく耕やしておきます。トマト、ナスなどの強い根が残る野菜の跡地は避けてください。

種まき前にベッドを作り、図のよう

きます。そしてふるいで2~3mmほどの厚さに、満遍なく覆土し、板切れなどで軽く表土をたたいて鎮圧し、その後ジョウロでたっぷり灌水(かんすい)します。

その上に細かく碎いた完熟堆肥をごく薄く覆い、その後苗床全面を稻わらやべた掛け資材を一重に覆い、残暑や乾燥、台風や強風の被害から守ります。

種まき後5~7日で発芽し苗が伸び始めたら、これらの被覆資材は取り除き、ジョウロでたっぷり灌水して生育を促します。

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

組合員のみなさまへ

# もしものとき…

私たちJA葬祭は、  
皆さまのお役に立ちたいと考えております。

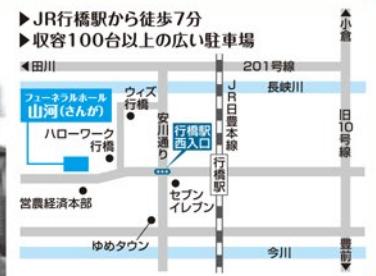


## JA福岡京築葬祭センター



**ハローワーク行橋そば  
フューネラルホール 山河**  
0930-26-5040 ☎ 0120-26-5041

行橋市西宮市5丁目12-1



**築上町役場本所よこ  
JAやすらぎ 西部会館**  
0930-56-2939 ☎ 0120-48-7979

築上郡築上町大字椎田920番地1



**豊前警察署よこ  
JAやすらぎ 中央会館**  
0979 82 0001 ☎ 0120-48-7979

豊前市大字荒堀502番地

▶JR宇島駅から車で7分  
▶250名様収容大式場と60名様収容の中式場



会館葬から自宅葬まで、JA葬祭スタッフが真心を込めてお手伝い致します。

JA福岡京築 組合長おすすめ「特撰の旅」

**秋の富士山・箱根と東京タワー・横浜・甲州路満喫 3日間**

■旅行出発日 [平成30年] 11月19日(月) ■旅行代金 (大人お1人様/2名様以上1室利用) 99,800円

お部屋タイプのご希望はお受けできません。  
予めご了承願います。

東京タワー(イターナ) 富士山(タワー)

●募集人員/80名(最少催行人員/35名) ●申込金/20,000円(旅行代金に充当致します) ●申込締切日/平成30年10月12日(金)(定員になり次第締切となります。) ●添乗員/同行し旅程管理業務を行います。 ●食事条件/朝2回・昼3回・夕2回(軽食は除く) ●利用予定ホテル/(横浜市内:ローズホテル又は同等クラス石和温泉:華やぎの章慶山又は同等クラス) ●利用航空会社/JAL(日本航空) ●利用予定バス会社/空港送迎:タイガートラベル又は同等クラス 現地:ケイエム観光バス又は同等クラス

北九州↔台北 直行便就航記念

JA福岡京築女性部

ゴールデンルートを巡る!  
**人気の台北4日間**

旅行実施日 2018年11月4日(日)~7日(水)

旅行代金 79,800円(大人お一人様/2名1室利用)  
●お一人部屋追加代金:27,000円(3泊分)

北九州空港 KITAKYUSHU AIRPORT  
北九州空港 発着!! 台北(イターナ)

【別途必要経費】北九州空港施設使用料310円、現地空港税約2,000円、燃油特別負荷運賃7,000円、渡航手続代行手数料3,240円(2018年8月現在の料金です。今後、増額・減額、廃止された場合、差額の徴収・払い戻しを行います。)

●申込締切日/2018年10月4日(木)※ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。 ●募集人員/35名(最少催行人員/25名) ●添乗員/同行して旅程管理業務を行います。 ●食事条件/朝3回・昼2回・夕3回(機内食は含みません) ●利用航空会社/スターフライヤー北九州↔台北直行便又は同等クラス ●利用予定ホテル/台北シティホテル又は同等クラス ※弊社基準Aグレード

詳しくは各支店へお問い合わせ下さい。

**JJA銀行をご利用のお客様へ**

このたびJJA銀行の全国統一電算システムの  
更改にともない

**ATMなどのサービスを  
一時停止させて  
いただきます**

**停止日**

平成30年

- ・10月 6日 土
- ・10月 7日 日
- ・10月 8日 月 祝



当時はコンビニのATM等でも、JJAのキャッシュカード等によるサービスのご利用はできません。

# JA福岡京築 農機具取得応援 キャンペーン!

期間 平成30年12月28日(金)まで

**利子補給&保証料助成で  
農業者の農機具取得を応援します。**

- |      |                       |
|------|-----------------------|
| 新規取得 | ▶ これから農機具の購入を検討されている方 |
| 他社借換 | ▶ すでに他社からの借入により購入された方 |

**対象者****農業者(個人)****対象商品****JA農機ハウスローン**

※利子補給・保証料助成には、各種条件があります。

詳しくは最寄の支店へご相談ください。





# 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。どしどしご応募ください。  
JA福岡京築総務企画部総務企画課  
(広報担当:あんどう) 0979-82-5555

ばあばからの  
メッセージ

うたと絵本が大好きな  
ゆっきー<sup>1歳</sup>  
いっぱいいっぱい  
遊ぼうね!



苅田町  
すえひろゆきの  
**末廣由紀乃**ちゃん(11ヶ月)



豊前市  
ないとうりょうが  
**内藤稜翔**くん(1歳2ヶ月)

パパ・ママ、  
じいじ・ばあばからの  
メッセージ

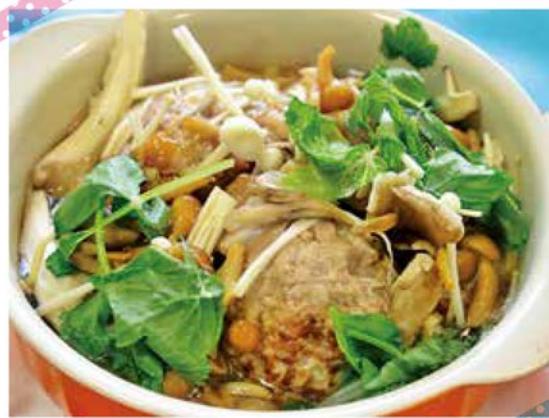
いつもあなたの笑顔に  
癒されています!  
ありがとうございます^\_^



## おいしく食べて 今日もスターへ 今月の朝ご飯

今月の  
RECIPE

### きのこたっぷり和風ハンバーグ



#### ○ 材料(1人分)

##### Aハンバーグ

豚ひき肉 ..... 300 g  
タマネギみじん切り ..... 1と1/2個分  
塩 ..... 5g  
おろしショウガ ..... 小さじ1  
ナツメグ、こしょう ..... 適宜

##### Bきのこあん掛け

かつおだし ..... 1と1/2カップ  
しょうゆ・酒・みりん ..... 各大さじ2  
きのこ  
(マイタケ・シメジ・ナメコ・エノキタケなど) 100 g  
水溶き片栗粉 ..... 大さじ2  
ミツバ ..... 1/2わ

#### ○ 作り方

- (1) フライパンでタマネギのみじん切りを炒めて冷まし、Aの他の材料を全て合わせてよくこね成形して焼く。
- (2) Bの材料を全て鍋に入れて沸かし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- (3) (1)を器に盛り付け、(2)を上から回し掛け、刻んだミツバをあしらい出来上がり。

福岡県内JAで年金をお受取りの皆様へ 感謝の15日間

## JA年金感謝デー

地元の“農産物”を味わおう!

平成30年  
10月

ご飯のお供セット



15・16・17・18・19  
(月)(火)(水)(木)(金)

※写真はいずれもイメージです。商品と異なる場合がございます。

スピードくじで  
その場で当たる!

県内JAで 15,000名様にプレゼント!!

JAとお取り引きのない方でもお気軽にご相談ください。

詳しくはJA窓口までおたずねください。

JA銀行福岡

JA銀行福岡

検索

当たり!

JA銀行福岡

“すでに”の方も“これから”的の方も、  
年金のお受取りは  
ぜひJAで!

JAバンクで  
よがとうモト!

## JAで 年金お受取り キャンペーン

実施期間  
平成31年2月28日(木)まで

今なら!

JAで年金の  
お受取り口座をご指定で  
JAバンクオリジナル  
ギフトセット  
プレゼント!!

※写真はいずれもイメージです。  
商品と異なる場合がございます。



JAとお取り引きのない方でもお気軽にご相談ください。  
詳しくはJA窓口までおたずねください。

JA銀行福岡