

笑顔があふれるみんなの輪

Smile! けいちく



特集 : 夏の里山昆虫図鑑

空手

日本傳少林寺流空手道 正流塾上毛支部 のみなさん

こんにちは。

日本傳少林寺流空手道正流塾上毛支部です。

防具付全日本空手道連盟、全日本硬式空手道連盟、上毛町体育協会加盟団体で、幼児から一般まで毎週水曜日は友枝小学校体育館、毎週金曜日は唐原小学校体育館で18:30～20:00(高校生・一般21:00)まで週2回練習しております。1ヶ月の体験入門も可能です。

興味のある方はお気軽に見学、お問い合わせください。

興味をお持ちの方は、

TEL 090-1347-3096 (代表 小出石) までご連絡ください。
Email info@seiryujyuku.com
HP <https://seiryujyuku.com>



頑張っているスポーツクラブチームのこどもたちや、ボランティア団体等を募集しております。

ご応募は、JA 福岡京築 総務企画部 総務企画課

Tel 0979-82-5555 (広報担当: ともだ) までご連絡お待ちしています!!

※営利目的としている団体に限ります。

16

J A シ エ フ カ か ら の 永 井 の お 知 ら せ す め
大きくなあ～れ

15

J A デ ィ タ (5月 末)
第2回理事会報告

14

お便りひろば

13

J A か ら の お 知 ら せ

12

あなたもチャレンジ! 家庭菜園

11

家族の健康
私の食育日記

10

宮農ワンポイント

08

夏の里山昆虫図鑑

04

わが街NEWS

03

J A か ら の お 知 ら せ

02

今月の表紙

I
N
D
E
X



「あぐりフェスタ 2021」及び 「西部農機センター農機具・自動車 展示会」 中止のお知らせ

例年7月に開催の農業機械展示会(あぐりフェスタ)及び西部農機センター農機具・自動車展示会につきましては、新型コロナウイルスに係る諸般の事情により、中止が決定しました。

毎年楽しみにしている組合員の皆様には大変ご迷惑をおかけ致しますが、何卒ご理解を賜りますとともに、今後とも変わらぬご協力をお願い申し上げます。



「穀物水分計」の点検について

収穫期を前に穀物水分を正確に測定するため、穀物水分計の点検を実施いたします。



対象銘柄 九州ケット、サタケ、山本製作所、静岡製機

場 所 九州広域部品センター

※点検を希望される方は7月20日(火)までに
最寄りの農機センター、またはアグリセンター
までお持ち下さい。



点 検 料 2,200円(消費税込)
部品代は別途請求いたします。

**4/19 厄介者もこれで撃退！
JA築東支部女性部員**

4月19日(月)にJA築東あぐり館で築東支部女性部員8名が「ゴキブリ退治に効く「ほうさん団子」作りを行いました。

自宅で採れた玉ねぎを使い、ペットボトルキャップ670個分を作り、各家庭に持ち帰りゴキブリ退治に活用する予定です。

ほうさん団子は、玉ねぎ、ホウ酸、小麦粉、砂糖、牛乳等を使用し作られます。ほうさん団子は、5月～6月の間に作れば肌寒くなる時期まで長持ちします。

参加した女性部員は、「毎年ほうさん団子作りをしたい」「もっと沢山作つて近所にも配つてあげたい」と「メントし好評でした。



4/23 香り豊かな一番茶収穫！

JJAの管内で令和3年産一番茶が4月下旬から収穫が始まり、製茶工場は一番茶のいい香りに包まれています。

収穫されたお茶の生葉は、豊前市にあるJJAの岩屋製茶工場に運ばれ加工されます。

一番茶のピークは5月上旬頃で、調製を終えたお茶は県産茶として出荷されるほか、JJAの直売所や地域の道の駅等で販売されます。またJJAのプライベートブランド、ペットボトル飲料「豊前のお茶」として販売されています。一番茶は爽やかな香りとスッキリとした味わいを楽しむことができます。

令和3年度は約3,000kgの販売数量を目指しています。



4/27 加温ハウスいちじく「蓬莱柿」出荷開始！

JJAハウスいちじく研究会は、夏果ハウスいちじくの出荷を築上町にある西部集荷場で4月19日(月)からスタートしました。夏果ハウスいちじくの特徴は甘みが強く、数が少ないとことから直売所に出てもすぐに完売してしまうほど人気です。今年は気温が高いことからいちじくの生育が早く、秋果ハウスいちじくの出荷も開始しています。出荷ピークは6月中旬～7月上旬予定です。

廣津宏一部会長は「今年は天気が良く、生育が早くて色付きも良いので、美味しいいちじくになっています。これから会員一人ひとりが協力して、皆さんに美味しいいちじくを食べもらえるように頑張ります」と話しました。

販売は北九州をはじめ大分・下関・山口・関東市場へ出荷しており、JJA管内の直売所でも販売されます。



宮崎さんは「お茶畠を見たことがない子供たちが多いので、茶摘みを通してお茶を身近に感じてほしい。また、田舎には何もないと思わず、田舎だからできる体験をして欲しい」と話していました。

この茶摘み体験は、総合的学習の一環として、地域の特産品をもっと知ろうというものです。児童たちは、宮崎さんの指導のもと慣れない手つきながらも丁寧に摘み取り、一人約100g～200g程の生葉を収穫。収穫された生葉は学校へ持ち帰り家庭でもできる方法で茶葉作りを行います。

4月30日(金)に、上毛町の南吉富小学校3年生37名は、生産者宮崎昌宗さんの茶園で一番茶の茶摘み体験を行いました。

4/30 特產品について勉強



JJA新田原果樹部会「キウイフルーツ部」は、5月19日(水)に橋口俊徳部会長の園地で摘果と新梢管理の講習会を開催しました。生産者約30人が参加し、JJAと京築普及指導センターの担当者が「今年は生育が例年より7日程早く、高品質で大玉の果実育成の為に早めの摘果をしてほしい」と生産者に話しました。同部会が生産しているキウイフルーツ「甘い」は10月上旬に一斉に収穫し、JJA全農ふくれんに出荷されます。追熟して市場に出回るのは11月に入つてからになり、JJAの各直売所でも販売されます。

5/19 目指せ大玉キウイ!! 新梢管理講習会

5/19 スイートコーン出荷に向けて スイートコーン地区別出荷協議会



JJAスイートコーン部会では、5月19日(水)に管内3会場で令和3年度産スイートコーン地区別出荷協議会を開催しました。出荷協議会に参加したのは、生産者15人。出荷協議会では、JJAの担当者から今年度のスイートコーンの生産販売計画や出荷規格、精算方法についての説明があつた後、京築普及指導センターの担当者から収穫時期や防除等、スイートコーンの収穫までの管理について指導を行いました。



鞠野正明部会長は「これから防除を重点的に行う時期に入るので、皆さん手抜かりのないよう管理作業を行いましょう。そして、安全安心で美味しいいちじくを作つていきましょう」と話しました。

JA新田原果樹部会「いちじく部」は、5月25日(火)に露地いちじく「蓬莱柿」の新梢管理講習会を開催しました。

会場は北川憲二さんの園地で行われ、生産者26人が参加。講習会ではJAと京築普及指導センターの担当者が指導を行いました。講習会の内容は、新梢や土壌の管理、防除の徹底について。新梢の管理を行うことで、高品質ないちじくの育成につながります。

JA新田原果樹部会「いちじく部」は、5月25日(火)に露地いちじく「蓬莱柿」の新梢管理講習会を開催しました。

5/25 枝管理で高品質に！新梢管理講習会



JA新田原果樹部会「梨部」は、5月27日(木)に小島茂俊部会長の園地で仕上げ摘果と、新梢管理の講習会を開催しました。参加した6人の生産者は、JAと京築普及指導センターの担当者に新梢管理や病害虫等について熱心に質問し、とても内容の濃い講習会となりました。

同部会で生産している梨の主な品種は、幸水・豊水・あきづきです。それぞれの出荷時期は、幸水が8月上旬、豊水は9月上旬、あきづきは9月中旬で、販売はJA管内の直売所等で販売される予定です。

5/27 収穫まであと少し 栽培管理講習会

6月1日(火)に苅田町与原上公民館で、苅田支部女性部員12名が新型コロナウイルス感染症対策を行いながら生け花教室に参加しました。この生け花教室は、中原伯子先生を講師に招き毎月1回開催しており、今年で34年目になります。今日は、ブルーファンタジー・カーネーション、バンダ等を花材として使用し、作品を制作しました。同じ花材で生けても、皆さんそれぞれの個性が生け花に出てきます。

生け花教室に参加した女性部員は「コロナ禍で自粛が続いている中、皆さんとお会いして花を生けながらお話しする事が出来て嬉しいです。毎月楽しみにしています」と話し、マスク越しでもとても楽しんでいるのが分かりました。

6/1 月に一度の楽しみ！苅田支部女性部員



JA直売所等でも販売しています。京築産スイートコーンは宅配の他にJA直売所等でも販売しています。

株一本仕立てで育成し、日の光をしっかりと当て栄養を一杯に蓄えているので、食べた時に甘みと食感が口の中に広がります。ぜひ楽しんで頂きました。

行平部会長は「スイートコーンを

一株一本仕立てで育成し、日の光をしっかりと当て栄養を一杯に蓄えているので、食べた時に甘みと食感が口の中に広がります。ぜひ楽しんで頂きました。

JA直売所等でも販売しています。

JAスイートコーン部会は6月1日(火)、豊前市荒堀にある東部集荷場で宅配スイートコーンの出発式を開催し、関係者ら約30人が出席しました。

京築産スイートコーンは、朝採りで鮮度が良く、高い糖度とジューシーでシャキシャキとした食感が特徴です。同部会では、部会員49人が約16ダックで作付けし、出荷数量は4万ケース(1ケース3kg入り)を計画しています。

JAスイートコーン出発式



JAでは、研修会で学んだことを最大限に活かして、組合員の皆様により良い年金サービスの提供を目指していきます。

講師として、株式会社農林中金アカデミーの中島啓子氏をお招きして、座学やディスカッション、2人1組で実践的なロールプレイング等を行い、とても充実した研修会になりました。

この研修会は、年金に関する知識を深めて、組合員の皆様により良いサービスを提供する事を目的としています。

JJAでは、6月2日(水)に総務金融本店で、年金推進担当者17人を対象に、年金推進強化研修会を開催しました。

より良い年金サービスの提供を!

JAでは、「涉外担当者研修会」を開催しました。

JJAでは、6月2日(水)に営農経済本部で、「涉外担当者研修会」を開催しました。

研修会には、涉外経験が3年以上の担当者22人が参加。講師としてクリアビジョン株式会社代表の上野良平氏をお招きして、コロナ禍に対応した購買心理を活かすレクチャーや組合員に喜ばれるコミュニケーション取り方、涉外担当者のモチベーション向上等を行いました。

参加者は、推進を行う上で考え方やメンタルについての講義を受けた後、「コミュニケーションやモチベーション向上に繋がる訓練も行いました。

JAでは、6月2日(水)に営農経済本部で、「涉外担当者研修会」を開催しました。

JJAでは、「涉外担当者研修会」を開催しました。

研修会には、涉外経験が3年以上の担当者22人が参加。講師としてクリアビジョン株式会社代表の上野良平氏をお招きして、コロナ禍に対応した購買心理を活かすレクチャーや組合員に喜ばれるコミュニケーション取り方、涉外担当者のモチベーション向上等を行いました。



JAが奉納した早苗を早乙女により神饌田へと植えますが、新型コロナウイルス感染症の影響で今年は行うことができませんでした。

神饌田は、清原宮司とゆかり会の皆さんで、田植えから抜穂までの間、水稻の管理を行います。

10月上旬には、神饌米を収穫する抜穂祭が開催される予定です。

豊前市四郎丸にある大富神社で神饌田御田植祭が行われました。当日は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、宮司と地元の農業関係者等、少人数での開催となりました。神事では清原直嗣宮司が田と苗を清めたあと、宮司自ら早乙女の代理として神饌田へ田植えを行い、今年の豊作を祈願しました。

コロナ禍でも五穀豊穣を願つて 大富神社御田植祭



夏の里山昆虫図鑑

イラスト：ぐんま昆虫の森
監修：ぐんま昆虫の森

夏は里山の昆虫たちが盛んに活動する季節。自由研究の題材に昆虫採集・観察はいかがでしょうか。昆虫を発見する体験を通して、私たちが暮らす自然環境にも思いを巡らせてみましょう。

里山と昆虫の深い関係

里山は田畠や小川、雑木林、農耕馬のための草原など、日本人が昔から生活するために必要な環境として維持されてきました。農業と関わりが深く、適度に人の手が入った環境の中に、都合良く昆虫をはじめさまざまな生き物がすみ着き、繁殖しながら人と共生しています。同じ昆虫でも幼虫期は田ん

ぼの水の中で暮らし、成長すると雑木林や草地にすむというように、居場所を変えながら生き続ける昆虫もいます。里山が多様であればあるほど、多くの生き物が暮らせる豊かな環境といえるでしょう。

観察時の装備について

屋外では、虫刺され、植物によるかぶれ、熱中症に気を付けましょう。ハチ、毒のある毛虫、毒蛇、場合によってはクマなど、危険な生き物たちから身を守る服装や準備も大切です。



里山を歩くときは長袖、長ズボン、長靴を履き、帽子もかぶりましょう。荷物はリュックなどに入れて両手を空けるようにしましょう。

公共の場所や施設など以外の場所、土地にはそれぞれ持ち主がいます。私有地には勝手に入らず、近くで農作業をしているなど人を見掛けたら、一声掛けると良いでしょう。枝を折ったり、植物を持ち帰ったりなど、里山の人たちが嫌がるようなことはしないこと。常識ある行動とマナーを守って楽しく昆虫採集・観察をしましょう。

マナーを守って

昆虫採集をする上で必要なのが、虫捕り網と虫籠。観察するには虫眼鏡もあると良いでしょう。小型の昆虫図鑑もあると便利ですが、今は電波が届く場所ならスマートフォンの図鑑機能を使うのもお勧めです。スマホは動画を撮つたり、記録を残したりするツールとしても優秀なので、持っていると重宝するでしょう。

カブトムシやクワガタなどを採集するために、夜間や早朝から出掛ける場合は懐中電灯も必要です。

夏に出合える昆虫たち



ルリボシカミキリ

- 分類：コウチュウ目カミキリムシ科
- 大きさ：雄、雌共に16～30mm
- 分布：北海道～九州

自然環境が良好な里山や山地にいるカミキリムシです。枯れて間もない木に卵を産むために集まり、広葉樹の立ち枯れや木材を保管している貯木場で見つかります。鮮やかな水色には「はっ」とした驚きと、宝物を見つけた気分になるれる昆虫です。



カブトムシ

- 分類：コウチュウ目コガネムシ科
- 大きさ：雄、雌共に32～53mm(角を除く)
- 分布：日本全土

甲虫の中で最も大型なのがカブトムシです。雄同志は角を使って闘うことで知られ、体が大きく、より角長い雄が有利です。雌には角がありません。成虫は6～8月、里山のクヌギやコナラ、クリ、ヤナギなどに集まり、樹液を吸っています。夜行性なので夜か早朝に見つけやすいです。



オニヤンマ

- 分類：トンボ目オニヤンマ科
- 大きさ：雄90~103mm、雌98~114mm
- 分布：北海道~九州



日本のトンボで最も大型です。幼虫は小川で育ち、6月下旬~7月上旬にかけて羽化します。成虫は飛びながら昆虫を捕まえて食べます。8月になると雌は産卵に小川にやって来ます。その雌を求めて雄が小川の上を行ったり来たりします。このときが一番捕まえやすく、網で待ち構えます。



オオムラサキ

- 分類：チョウ目タテハチョウ科
- 大きさ：雄約100mm、雌約120mm(羽を広げた状態)
- 分布：北海道~九州。ただし、都市化が進み、雑木林が少なくなったことで現在では生息地が激減



最も大きなタテハチョウの仲間で日本の国蝶(こくちょう)です。自然豊かな里山の雑木林に生息し幼虫はエノキの葉を食べて育ちます。7月上旬から羽化し、森林周辺を風に乗って飛び回ったり、クヌギやコナラの樹液に集まったりします。



アブラゼミ

- 分類：カメムシ目セミ科
- 大きさ：雄約55mm、雌約63mm
- 分布：北海道~九州



東日本の代表的なセミです。「ジリジリジリ」と油が煮立ったような声で鳴くことが名前の由来です。町の公園にもたくさんいます。セミが多い公園が近くにあつたら羽化を観察してみましょう。羽化のピークとなる7月下旬~8月上旬にかけて、夜の8時ごろが羽化観察の見頃です。



ゲンジボタル

- 分類：コウチュウ目ホタル科
- 大きさ：雄約20mm、雌約15mm
- 分布：本州~九州



代表的なホタルの一一種です。幼虫時代はカワニナという巻き貝を食べて育ち、成虫になると水しか飲みません。寿命は2週間ほどです。6月上旬が発生期ですから、発生地の情報を調べて光る様子を見に行きましょう。仲間で小型のヘイケボタルもいます。里山の水田でも発生し、6月下旬から7月が発生のピークです。



トノサマバッタ

- 分類：バッタ目バッタ科
- 大きさ(翅端含む)：雄35~40mm、雌45~65mm
- 分布：日本全土



代表的な大型のバッタです。河原など、草がまばらに生えたような乾いた環境を好みます。ススキなどのイネ科植物を好んで食べます。初夏から秋にかけて、平地では1年に2回くらい発生します。足下から飛び立った姿を追いかけて近づき、網をかぶせて捕まえます。



ノコギリクワガタ

- 分類：コウチュウ目クワガタムシ科
- 大きさ：雄35~70mm、雌30~35mm
- 分布：北海道~九州



平地から山地の雑木林にいる代表的な大型種です。幼虫は立ち枯れた腐った木の根の部分を食べて育ちます。成虫は前年の夏に羽化して越冬後の6月に地上に現れて活動を始めます。クヌギやコナラの樹液に集まりますが、川沿いのヤナギ類にも集まります。木を揺すって落として捕まえます。

今回教えてもらったのは……

ぐんま昆虫の森



昆虫をテーマにした体験型教育施設。45haの敷地に雑木林や田畠、小川などの里山を再現し、昆虫たちの生態を観察できます。各種体験プログラムや四季折々の企画イベントも開催しています。

※春休み・ゴールデンウイーク・夏休みなどは定休日でも開園する場合があります。開園カレンダーでご確認ください。
※新型コロナウイルスの影響により開園時間などを変更する場合があります。

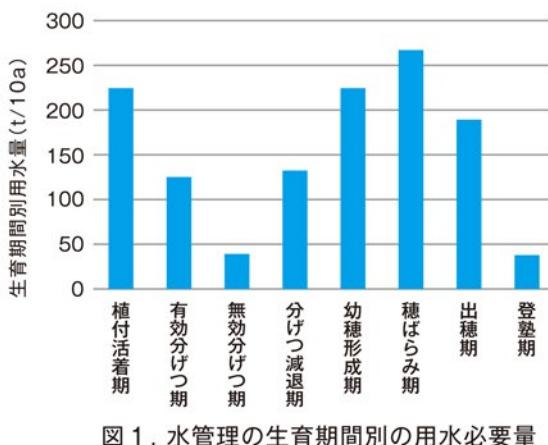
<http://www.giw.pref.gunma.jp/>
群馬県桐生市新里町鶴ヶ谷460-1 電話:0277-74-6441
開園時間:9:30~16:00(入園は閉園の30分前まで)
入園料:一般410円、大学生・高校生200円、中学生以下無料
休園:月曜日(祝日開園・翌火曜日休み、臨時休園あり)

水稻の水管理

えいのう
営農ワンポイント

京築普及指導センター TEL0930-23-4215

水稻栽培において、水管理はとても重要な管理作業です。近年の気候変動に対応するために適切な水管理を行い、根を健全に保つことが重要です。



◆ 中干し

ここからは、時期ごとの水管理のポイントを説明します。

中干しすることで、土壤に酸素を供給し、根に活力を与えるだけでなく、根腐れや倒伏を防止できます。また、表土を固めて収穫作業が行いやすくなるといった効果もあります。

中干しの開始時期は、一株の茎数が18～20本程度の頃が目安です。期間は5～7日程度で、田面に小さな亀裂ができる程度まで行います。

◆ 中干し後は間断かん水

中干し後は、間断かん水を行ってください。間断かん水の目安は「3たん2す」。田植えから成熟までの水管理のおまかな流れは、図2のようになります。

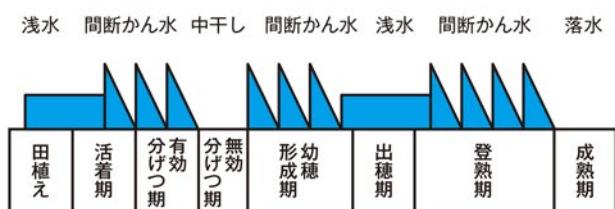


図2. 水管理のイメージ

◆ 登熟期は間断かん水

台風時には、風が強くなる前から過後2～3日間は深水管理を行います。維持するため間断かん水を行います。

◆ 出穂前後はたん水管理

出穂前後の1週間は、最も水が必要な時期です。出穂前後の1週間はたん水状態を保ちましょう。この時期には場を白乾させると、不稔や登熟障害を起こします。

◆ 落水時期

落」と言われます。水を入れて2～3日程度すると自然落水します。自然落水したら、また水を入れます。これを繰り返して徐々にたん水期間を延ばし、水稻を水に慣らしていきます。

◆ 収穫の7日前程度が落水の目安となります。落水時期が早いと、白末熟粒が増加して品質が悪くなります。落水後、ほ場があまりに乾燥する場合は、走り水をしてください。

適切な水管理で、収量を確保し、高品質で美味しいお米を作りましょう。

家族の健康

目の疲れは眼科的病気の症状かも

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

日差しが強くなると、屋外での農作業が終わる頃には、目の疲れを感じることもあるでしょう。強い光を浴び続けたり、小さな物を見続けると、目の疲れは現れやすいです。特に、左右の視力に差があつたり、合わない眼鏡を使ったりすると目は疲れやすいので、眼科を受診して適した矯正をしましょう。

「単なる目の疲れ」と思っても、実は目の病気どころがあるので要注意です。例えば、加齢に伴い増える白内障では、目のレンズが濁って物が見えづらくなります。それをピントを合わせて見ようとするため、目が疲れがちです。やはり加齢に伴いまぶたが下がる眼瞼(がんけん)下垂では、目の上部にある筋肉でまぶたを挙上するため、

農作業で広い田畠を短時間見ているだけでも、目の疲れを感じます。

糖尿病の人は、目の疲れは糖尿病性網膜症によるかもしれません。網膜の細い血管が傷んで眼底出血を起こしていることがあります。

目の疲れの自覚症状で特に気を付けていたのが、緑内障です。わが国では、人生の途中での失明原因の第1位です。40歳以上の20人に1人が緑内障を発症しているのですが、自覚していない人も多いのです。緑内障は目の内部の圧力が上がる、もしくは他の理由で視神经が圧迫されると、視野が徐々に狭くなる病気です。健康診断や人間ドックで「眼底検査」や「眼圧検査」を受けることが勧められます。普段から、左右の目で見え方が異なるか、見えない部分がないなど、見え方のチェックもしておくべきです。少しでも異常を感じたらすぐに眼科を受診してください。



わが国では、人生を100歳までと考える時代になりました。目の健康管理はより重要視すべきとの意見もあります。眼科的な定期検査と、症状があるときは眼科で詳しい検査を受けることで、病気の有無や治療の必要性などを検討してもらいましょう。

私の食育日記

手作り鶏ハム

食育インストラクター ● 岡村麻純



当たりのエネルギーは約半分、タンパク質は約2倍含まれていて、主要な肉の中でも、高タンパク質・低脂質・低炭水化物なのが特徴です。その鶏胸肉に、砂糖や塩をすり込み、密閉できる耐熱の袋に入れて熱湯に入れたり、お酒で短時間ゆでて余熱で火を通したり、オーブンで蒸し焼きにしたりと、加熱

太り過ぎたと食事を気にし始めた。一方、外食もあまりできず、1日3食の家族の食事作りに追われる私としては、できるだけ簡単に夫が希望する食事を作りたい。さらにいうと、子どもも食べられる物を中心にしてみたいという願いから、鶏ハム作りを始めました。

そこで活躍しているのが、鶏胸肉です。鶏胸肉は、和牛サーロインと比較すると、100g当たりのエネルギーは約半分、タンパク質は約2倍含まれていて、主要な肉の中でも、高タンパク質・低脂質・低炭水化物なのが特徴です。その鶏胸肉に、砂糖や塩をすり込み、密閉できる耐熱の袋に入れて熱湯に入れたり、お酒で短時間ゆでて余熱で火を通したり、オーブンで蒸し焼きにしたりと、加熱

し過ぎないことに気を付けねば、簡単に軟らかいハムが完成します。シンプルな味付けから、コンソメ味、レモンとオリーブ油の味、大人にはバジル味、子どもにはほんのりみそ味など、いろいろ楽しめます。鶏ハムを作るようになってからは、毎食、たっぷりの野菜に、鶏ハムを載せるだけで1品完成。子どもたちにも、レタスや水菜などに細かく切ったハムを載せ、ポン酢などをあえるだけです。大人用もたまにはパクチーなどの癖のある物に手作りハムを入れて、ナンブラーとレモンを垂らしたらアジア風なサラダに変身。鶏ハムを作り置きするようになって、食事作りの時間が少し短くなつたように感じています。

最近では、豚もも肉を使ったハムにも挑戦しています。もともとハムとは、豚のもも肉を指しています。豚肉の方が臭みもあり、ぱさぱさしやすいので、塩漬けするときは、塩やローリエを入れた液に漬ける方法で作っています。

これからさらなるアレンジハムを考えて時短でヘルシーな食卓を目指していきたいです。

ミズナ(キヨウナ) 小株から大株まで 楽しむ



ミズナ(水菜)は古くから京都で栽培されていたツケナの一種で、キヨウナ(京菜)とも呼ばれます。葉の形が細く、切れ込みの多い菜類ですが、柳の葉のような丸葉に分化したのが壬生菜です。本来は、大株にして水炊き、すき焼き、漬物に利用しますが、最近は小株取りして、サラダとして人気の高い野菜となっています。

【栽培時期】

小株取りでは、冬を除き種まきができる、夏まきは30日程度、春秋まきは40～60日で収穫になります。大株取りでは8月下旬～9月中旬に種まきし、12～3月に収穫します。

【品種】

葉の幅が狭く葉数の多いサラダ用の「京みぞれ」(タキイ種苗)、「京すだれ」(丸種)は茎が白く、シャキシャキした食感の品種です。大株取りでは「晩生白茎千筋京水菜」(タキイ種苗)などが良いでしょう。

【土作り】

幅100～120cmのベッドを作り、1平方m当たり堆肥1kg、苦土石灰100gと化成肥料(NPK各成分10%)100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。

【種まき】

小株取りではじかまきとし、ベッドに幅20cm間隔の種まき溝を作り、

およそ1cm間隔に筋まきします(図1)。種まき後は防虫ネットでトンネルを作り、害虫から保護すると良いでしょう。大株取りでは移植栽培とし、セルトレイや小型ポットに4～5粒まき(図2)、間引きして本葉5～6枚の苗を作り、条間30cm、株間30cmに植え付けます。

【管理】

小株取りでは本葉が出て込み合つてきたり、適宜間引きを行い、最終的には5cmくらいにします(図3)。大株取りでは、種まきの1カ月後と2カ月後に化成肥料で、それぞれ1株5g程度の追肥をします。

図1 種まき

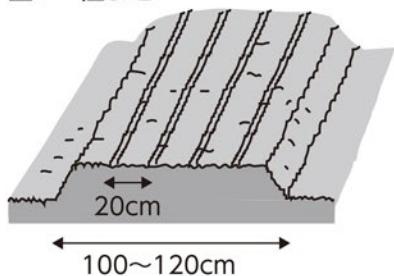


図2 苗作り

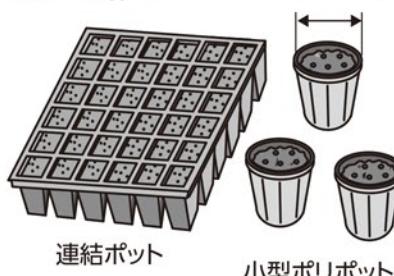


図3 間引き

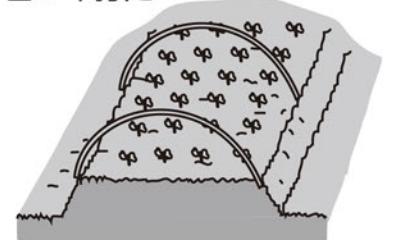
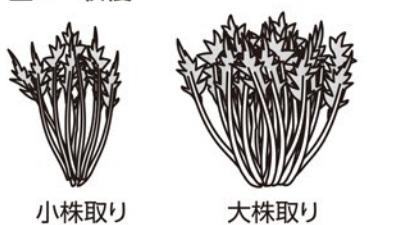


図4 収穫



**あなたの医療保障は
“あんしん”か**

一緒にチェック してみませんか?

Start!

Q.1 医療保障に加入している

Point! 病気やケガへの備えについて、早めのご検討をおすすめします!
⇒医療保険・医療特約の世帯加入率は88.5%です。
※出典:(公財)生命保険文化センター「平成30年度生命保険に関する全国実態調査」より

Q.2 曰帰り入院や1泊2日等の短期入院も支払対象となる

Point! 入院日数が短期化していますので、保証の見直しをおすすめします!
⇒入院患者の42.1%が5日以内、61.2%が10日以内に退院しています。
※出典:厚生労働省「平成29年度患者調査」より

Q.3 短期入院でもまとまったお金を受け取れる

Point! 入院中の治療費や雑費に加え、入院前後の検査・通院費などもかかるため、一時金で受け取れる医療保障をおすすめします!
⇒入院日数が短期化していても、国民1人あたりの医療費は年々増加しています。
※出典:厚生労働省「平成30年度国民医療費の概況」より
(平成元年度160.1千円、平成30年度343.2千円)

受け取れる**金額・回数**と**保障の期間**などを確認しておきましょう!

夏の貯金もJAバンクで!
よからうもん!

取扱期間 令和3年6月1日(火)~7月30日(金)

JAネットバンクも手軽で便利だぞう!

JAの定期貯金

©よりぞう

詳しくはJA窓口までお気軽におたずねください。JAバンク福岡

**JAMマイカー
ローン**

基準金利 年 **1.8%** 保証料別 固定金利

さらに金利引き下げ 条件についてはJA窓口までおたずねください。

最優遇金利 年 **1.3%** 保証料別 固定金利

※上記金利は保証機関が福岡県農業信用基金協会の場合の金利です。いずれの場合も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。

詳しくはJA窓口までお気軽におたずねください。

**JAM農機ハウス
ローン**

農機具・ハウス購入のための使いやすいJAの資金です。

審査が早い! スピーディな回答で、資金のご準備をいたします。

金利が低い! 100万円以上の借入金に最大1.0%の利子補給!

保証料がお得! 通常0.45%の保証料が今なら実質的な負担なし!

固定金利 年 **1.6%** 保証料別 年 令和4年3月31日まで

最初のお借入金額が100万円以上の方は
最大**1.0%**の**利子補給**
(3年間)が受けられます。
※ただし利子補給後の下限金利は、0.2%となります。

保証料等助成 実質保証料負担
さらに! 0円

詳しくはJA窓口までお気軽におたずねください。

お便りひろば

※皆さまから頂いたお便りの一部を紹介します。



行橋市

Y・Yさん

今年の夏、ヘチマを育てたいと思います。「あなたもチャレンジ！家庭菜園」を参考にゴーヤを植えてみます。実が出来たら干してスponジ替わりに使ってみたいと思います。



上毛町

E・Nさん

表紙のソフトボールクラブの皆さんのがとても素敵です。コロナ禍でも元気をもらっています。

豊前市

U・Tさん

「家族の健康」と「あなたもチャレンジ！家庭菜園」は大切に読ませていただいています。私は少しの野菜を作っていますが、経験が浅いので役立っています。



苅田町

A・Nさん

あなたの夏も暑くなりそうなので緑のカーテンにしようかな？で大きく育つように頑張ります。

築上町

M・Yさん

「営農ワンポイント」や「あなたもチャレンジ！家庭菜園」はいつも楽しみにしています。時期にあつた栽培の方法が大いに役立っています。



例年であればGWに帰省する子供家族もこのコロナ禱では帰省できず、さみしい子どもの日となりました。せめて、来年は…

「お便りひろば」を読むのが楽しみです。皆さん、色々な楽しみをお持ちの様で微笑ましいです。

みやこ町

H・Fさん

「家族の健康」5月31日は「世界禁煙デー」、主人にも禁煙して欲しいと思っています。孫たちもいますし、特に自分のために役立っています。



苅田町

H・Nさん

「あなたもチャレンジ！家庭菜園」のページに興味があり、いつも参考にしています。夏に孫が生まれるので、JAで旬の美味しい果物を買って娘に食べさせてあげたいです。



空手など地域の習い事の紹介や家庭菜園のやり方などが分かりやすく読みやすいです。



豊前市

T・Sさん

「S m i l e ! けいちく」が届くと真っ先にクロスワードに挑戦しています。頭を使うのでボケ防止になりますね。また、表紙や裏表紙の元気な子ども達の笑顔が「癒し」になっています。

みやこ町

T・Fさん

私の地域にも直売所があります。野菜を出荷する時には、「いつもありがとうございます」とスタッフさんから声を掛けただきとても嬉しいです。



(23) (22) 将棋に似た西洋のゲーム
 親同士が兄弟姉妹です

(16) 「やれ打つな蝶(はえ)が手をすり足をする」は小林一の句です
 (18) 日本髪に挿す飾り
 (20) ゆでたそめんの水を切るとき
 (21) みんな出掛けている状態
 (22) いもののこと

(16) 「やれ打つな蝶(はえ)が手をすり足をする」は小林一の句です
 (18) 日本髪に挿す飾り
 (20) ゆでたそめんの水を切るとき
 (21) みんな出掛けている状態

(1) 仙人が食べているというもの
 (2) 学校を出て家まで帰ること
 (3) 年齢を数えるときに使う言葉
 (4) ラジオから1970年の曲が
 流れてきた
 (5) 片目をパチンとつぶります
 (6) 下から5桁目です
 (7) キャツツアイとも呼ばれる宝石
 (8) この虫が作る繭から絹が取れます
 (9) 木材を薄く加工した物
 (10) ① 雨や日光を避けるために差します
 (11) 一つ目小僧とか小豆洗いとか。
 (12) サーフィンやヨットを楽しめる
 場所
 (13) 量より重視されることもあります
 (14) ベバー——変化
 (15) 爽やかな香りのするハーブ。
 (16) 「やれ打つな蝶(はえ)が手をすり足をする」は小林一の句です
 (18) 日本髪に挿す飾り
 (20) ゆでたそめんの水を切るとき
 (21) みんな出掛けている状態

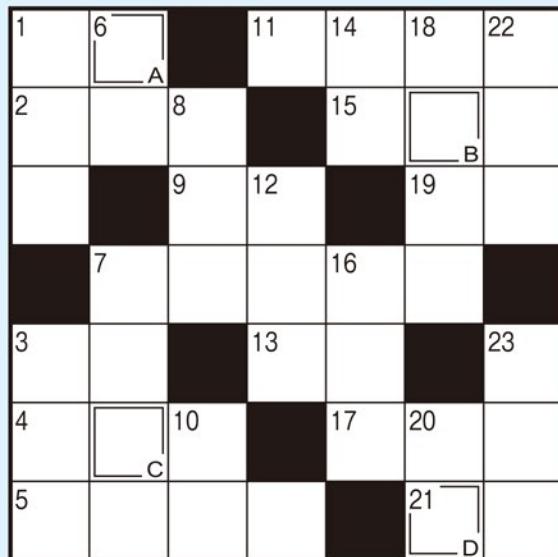
■タテのカギ

■ヨコのカギ

クロスワードパズル



クロスワードを解いて、A→Dの2重ワクの文字を順に並べてできた言葉が答えです。



5月号の正解は
 「コドモノヒ」でした。
 当選者にはJA商品券
 (1,000円分)をプレゼント!



応募方法

クロスワードの答え、その他必要事項を記入しご応募下さい。

【締め切り】7月20日(火)必着
【問い合わせ】0979-82-5555

皆様から寄せられた出来事・話題等は本誌で紹介させていただくことがありますので、ご了承ください。
 また、ご応募いただいた個人情報につきましては、賞品の抽選、賞品の発送等に利用させていただきます。
 今回の応募総数は96通でした。たくさんのご応募ありがとうございました。
 発表は商品の発送をもってかえさせていただき、正解者の中から抽選で5名様に商品券を進呈いたします。



○ 氏名(ふりがな)
 ○ 住所
 ○ ○ ○ クロスワードの答え
 本誌に対するご意見・ご感想
 (その他なんでも結構です。)

家の光 9月号に掲載

家庭でできる!
みんなでできる!
SDGsを実践しよう!!

食品ロスを減らすワザ

もったいない「食品ロス」(食べられるのに捨てられてしまっている食品)を減らすこととは、持続可能な社会を実現するための目標、SDGsの実践につながります。
 あなたも「家の光」9月号を読んで、SDGsを実践しよう!

★買い物前に冷蔵庫をチェックして、買いつぎ防止
 ★冷蔵庫の食品をムダなく活用
 ★家庭にある未使用食品を地域の福祉団体などに寄付する「フードドライブ」に参加
 など、食品ロス問題ジャーナリストの監修で、多面的な食品ロスの減らし方を紹介します!

お申し込みは 経済部くらし応援課 TEL 0930-24-2613

JADeTA

5月末

●貯金高	1606億2547万円
●貸出金	138億3000万円
●共済保有高	4648億5739万円
●販売品販売高	4億1051万円
●購買品供給高	8億8869万円
●出資金	28億1720万円
●組合員数 正	12,109人
准	12,598人
計	24,707人
●職員数	445人 (うち正職員247人)

臨時理事会報告

(令和3年5月18日開催)

●議案

第1号議案 学識経験理事候補者の推举について
 第2号議案 令和3年度事業計画について(計画修正)

●報告事項 2件

以上の件、審議されました。

第2回理事会報告

(令和3年6月8日開催)

●議案

第1号議案 固定資産(築上町直売所)の取得について

第2号議案 第8回通常総代会の運営方法について

第3号議案 第8回通常総代会提出議案について

・会計監査人の監査報告書について

・監査報告書について

第4号議案 みのり監査法人に対する監査報酬について

第5号議案 利益相反契約(雇用契約及び委託契約)について

第6号議案 コンビニ提携ATMおよびゆうちょ銀行

ATMにかかる顧客手数料の改正について

第7号議案 令和3年産米にかかる米穀共同計算(重要事項決定)について

●報告事項 6件

以上の件、審議されました。



大きくなれ～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:ともだ) 0979-82-5555



パパからの
メッセージ
スクスクと
元気に育ってね!

築上町

田中 昊くん (9ヶ月)



パパ・ママからの
メッセージ

これからも楽しい
思い出をたくさん
つくっていこうね☆



上毛町

三谷 琴葉ちゃん (10ヶ月)



シェフ永井のおすすめ

今月の
RECIPE

エビ春巻きエスニックソース

● 材料
(3人分)

あん

むきエビ(包丁で粘りが出るまでたたく) 120g
タケノコ水煮(みじん切りして湯通しする) 60g
青ネギ(みじん切り) 大さじ1
ショウガ(みじん切り) 小さじ1
塩・砂糖 各小さじ1/4
こしょう 少々
しょうゆ・ごま油・ナンプラー・片栗粉 各小さじ1

春巻きの皮(小) 6枚
のり(小麦粉1:水2) 適宜
サラダ油 適宜
エスニックソース
マヨネーズ 大さじ1
ナンプラー 大さじ1
レモン汁 大さじ1
豆板じゃん 小さじ1



● 作り方

- (1)むきエビから片栗粉までの材料をボウルに入れてよく混ぜてあんを作る。
- (2)春巻きの皮を広げて、あんを巻き上げて、皮の縁にのりを付けてとじる。
- (3)サラダ油を160度に熱し(2)をきつね色に揚げる。
- (4)(3)を器に盛り付け、レモン・パクチー(材料外)を添え、エスニックソースの材料を混ぜ合わせ、別の器に入れて添えて出来上がり。

初盆用品展示会の御案内

期間 6月4日(金)～7月31日(土)

午前9時～午後4時

※日曜・祝日は閉館

会場では、換気・消毒を
実施致します。
ご来場者は、マスク着用
にご協力下さい。



豊前会場 豊前アグリセンター横

展示会場 ☎0979-82-4333

JAやすらぎ中央会館 ☎0979-82-0001

行橋会場 営農経済本部 3階

JAやすらぎ西部会館 ☎0930-56-2939

フューネラルホール山河 ☎0930-26-5040