

笑顔があふれるみんなの輪

# Smile! けいちく



お知らせ

: 令和3年10月度人事異動

特集

: 人と地球の明るい未来のためにエシカル時代の農業と食品ロスを考えよう



# 野球

## 築上椎田少年野球クラブ のみなさん

私たち「築上椎田少年野球クラブ」では、現在小学1年生から6年生までの児童29人で、火・木・土・日曜日に築上町のサンスポートズ浜の宮グラウンドにて、軟式野球の練習に励んでいます。

クラブでは野球を通じてスポーツを楽しむと同時に、真剣勝負の厳しさや勝利の達成感をチーム全員で共有し、仲間・チームワークの大切さを学び成長してもらうことを目的としており、「心をひとつに 全員野球」をモットーに、みんなで楽しく『全力』で野球に取り組んでいます。

ぜひ一度見学してみませんか？見学・体験入部をお待ちしております。

興味をお持ちの方は、

TEL 090-1872-2795 高橋（タカハシ）

までご連絡ください。



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 総務部 総務課

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

※営利目的としていない団体に限ります。

16 大きくなあれ  
JAからのお知らせ  
永井のおすすめ

15 クロスワードパズル  
第6回理事会報告  
JAデータ(9月末)

13 JAからのお知らせ

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 営農ワンポイント

08 わが街NEWS

06 令和3年10月度人事異動

04 特集  
人と地球の明るい未来のために  
エシカル時代の農業と  
食品ロスを考えよう

03 JAからのお知らせ

02 今月の表紙

I  
N  
D  
E  
X



# 『家の光』12月号

特集1 認知症予防に! とっておきの健康習慣



第一別冊付録  
2022年  
家の光家計簿  
日記付き

第二別冊付録  
もしものときも安心  
2022  
未来にのこす  
わたしノート



1冊 1,027円

定期購読  
の申し込み  
募集中!

人・JA・地域が元気  
**家の光**

お問合せ 経済部経済課: 0930-24-2613 担当: 脇

## JA-SSタイヤ祭り

キャンペーン期間  
2021年11月1日(月)～12月31日(金)

# 大奉仕中!!

軽トラック用をはじめブリヂストンタイヤを取り揃えています。



- 特典1** キャンペーン特別価格
- 特典2** 組み換え工賃  
バランス代  
無料
- 特典3** 交換分  
廃タイヤ処分料  
SSにて負担

対象給油所

行橋給油所 ☎0930-23-3114 築城給油所 ☎0930-52-3500  
豊津給油所 ☎0930-33-5714 豊前給油所 ☎0979-82-3310

## 女性部大腸がん郵送検診のご案内

### 郵送検診のすすめ!

- 郵送検診はご自宅で2日間の便を採って郵送するだけの手軽な検診です
- 食事制限はありません
- 精密検査が必要な方には紹介状を同封します
- 年1回の受診で大腸がんでの死亡リスクを、60～80%減らせます

資料: 厚生労働省「有効性評価に基づく 大腸がん検診ガイドライン」より

**女性部員価格 1,250円(税込)**

申込期間 令和3年11月1日～令和4年1月14日迄

### 大腸がん郵送検診の流れ

- ①経済課までお申込みください
  - ②お申込み後、くるめ病院よりご記入して頂いたご住所に検査キットが届きます
  - ③ご自宅で採便し、同封の返信用封筒に入れポストに投函してください
- 投函期間 令和3年11月～令和4年1月末日迄  
最寄の郵便局で検査料をお振込みください ※別途振込み手数料個人負担  
④検査結果は、2～3週間後に直接ご本人様宛に届きます

申込先 JA福岡京築 経済部 経済課 担当: 脇  
行橋市西宮市5丁目11-1  
TEL: 0930-24-2613 FAX: 0930-25-6886

JA-SS

## 灯油 早期のご注文キャンペーン

朝晩肌寒さを感じる季節となり、暖房機器を使うシーズンも間近となりました。例年、寒波が来ますと灯油の注文が集中しますので、寒くなる前にご準備頂きますようお願い致します。



キャンペーン中に引取りを頂いた場合は、下記の粗品を進呈致しますので是非この機会にご注文くださいますようお願い申し上げます。

### 配達キャンペーン期間

1回目 令和3年11月17日(水)～11月19日(金)…3日間

景品・灯油100㍑以上…台所洗剤1個・灯油200㍑以上…台所洗剤2個

2回目 令和3年12月15日(水)～12月17日(金)…3日間

景品・灯油100㍑以上…台所洗剤1個・灯油200㍑以上…台所洗剤2個

※配達キャンペーンのため、店頭販売時はキャンペーン対象外とさせて頂きます。

対象給油所

行橋給油所 ☎0930-23-3114 築城給油所 ☎0930-52-3500  
豊津給油所 ☎0930-33-5714 豊前給油所 ☎0979-82-3310

# 人と地球の明るい未来のために

## エシカル時代の農業と食品ロスを考えよう

他人事では済まされない

### 食品ロス問題

コロナ禍で一時、マスクの買い占めが起きました。誰かが過剰なほど買いためすれば、本当にマスクが必要な人が困ってしまいます。

同時に食料品の買い占めも問題になりました。野菜など生鮮食品を宅配する会社には注文が殺到し、注文できない人も出てしましました。高齢や障害などで近所の店まで買い物に行けない人にとって、宅配は食材を確保する頼みの綱です。直接店まで買いに行ける人までが一気に注文すれば、宅配でしか買えない人の機会を奪うことになってしまいます。

飲食店で食べ切れないほど料理を注文して食べ残し「お金を払っているんだから食べようが残そうが自分の勝手」と言います。飲食店で食べ残せば、生産者やお店の人々が苦労して作っ

た食材や料理、かけた時間やお金など、全てが無駄になります。残された料理は家畜の餌や肥料にリサイクルすることができますが、外食産業のリサイクル率は決して高くなく、ほとんどが「事業系一般廃棄物」として、家庭ごみと一緒に焼却処分されます。廃棄コスト

はお店が払うだけでなく、私たち市民が市区町村に納めた税金でも賄われるのです。東京都世田谷区の場合、事業系一般廃棄物の処理コストは1kg当たり59円（2021年4月発表）。焼却すれば二酸化炭素が排出されて気候に悪影響を与え、自然災害が起これやすくなり、農作物もできにくくなります。

地域などの側面にも配慮した倫理的な消費」とあります。自分のことだけではなく、他の人や環境にも配慮することが大切だということです。

### 食品ロスを減らすため 私たちができること

それでは、エシカル消費で食品ロスを減らすことはできるのでしょうか。

● 家にある食材を確認しリストを作つて買い物をし、無駄買いを防ぐ。

● 一人暮らしでキャベツを丸ごと使い切れないなら2分の1個、4分の1個を買う。

● 野菜は市販の野菜保存袋に入れて品質を保ち、日持ちを良くする。

● 冷蔵庫に入れる食品は容量の約70%に収め、管理しやすくする。

● 余った野菜はカレー・スムージーに入れたりして使い切る。

「エシカル消費」という言葉は中学校で学びます。家庭科の教科書には「個人の満足だけでなく、人、社会、環境、



ある市場で廃棄されるキャベツ。300ケースほど積み上がっていた（筆者撮影）

ポストに入れたりして生ごみを減らす。

「エシカル」といわれると難しく感じますが、他の人や社会、環境を思いやるということではないでしょうか。

「買い物は投票」ともいわれます。自分の消費行動は、他の人や社会、環境に大きな影響を与える、ということなのです。

イラスト：ゆきたけし

# 農業の視点から食品ロス削減を考えましょう！

## 規格外 不ぞろいでもおいしい野菜たち

決められた大きさや形から外れた野菜は「規格外」と呼ばれ、流通させることができません。でも形も大きさもバラバラなのが自然の姿。例えば、野菜宅配の「大地を守る会」では「もったいナイシリーズ」として規格外の農産物が販売され、野菜販売サイトの「みためとあじはらがう店」では、規格外青果物を箱詰めして大田市場から直送しています。コロナ禍で「ポケットマルシェ」や「食べチョク」など、規格外を含めて生産者から直接購入できるサイトが大人気になりました。



規格外のトマト（筆者撮影）



摘果したリンゴ（もりやま園提供）



食品ロス問題  
ジャーナリスト  
いだるみ  
井出留美

奈良女子大学食物学科卒。博士（栄養学/女子栄養大学大学院）・修士（農学/東京大学大学院農学生命科学研究科）。311食料支援で廃棄に衝撃を受け誕生日を冠したoffice3.11設立。『食料危機』（PHP新書）、『あるものでまかなう生活』（日本経済新聞出版）、『賞味期限のウソ』（幻冬舎新書）、『捨てられる食べものたち』（旬報社）、『捨てないパン屋の挑戦』（あかね書房）など著書多数。

## 鮮度 ニーズが違えば値段も変わる

「鮮度が落ちたら値引きする」のが一般的だと思います。2021年2月、経済産業省と複数企業は、鮮度が高いほど標準価格よりも値段を上げ、徐々に値段を下げる実験をネットスーパーで行いました。すると、値段が高くても、毎回鮮度が高い物を選ぶ消費者がいたのです。生産者にとっては利幅が増え、電子タグでどこの地域で買われたのかも追跡できて、興味深い結果となりました。



鮮度が高い物は標準価格よりも高く、鮮度が落ちてきたら値引きする実証実験  
(2021年3月18日付Yahoo!ニュース掲載、筆者による記事、筆者撮影)

# 事業所別 人事紹介

※異動対象者のみ

(令和3年10月1日付)



当JAは、持続可能な経営基盤を確立・強化するため、総務企画部経営企画課を新設するとともに総務部総務課に名称変更いたしました。また、福祉事業の廃止により、くらし応援課が担当していた女性部、葬祭事業に関する業務を経部資材課に移管し、同時に名称を経済部経済課に変更しました。

## 【新設】【異動】

### ■経営企画部

〔〕内は旧任を示しています。

井手口 保幸 部長兼経営企画課課長

【常農部 部長】

■経営企画課  
平山 明彦

担当考査役(課長補佐待遇)

橋本 卓也

【総務企画部 総務企画課 担当考査役】  
【金融共済部 金融推進課】

### 【異動】

### ■常農部

〔〕内は旧任を示しています。

白石 正弘 部長

〔〕内は旧任を示しています。  
【アグリセンター長】

### 【異動】

### ■経済部

〔〕内は旧任を示しています。

### ■経済課

佐島 吉昭 課長

〔〕内は旧任を示しています。  
【経済部 くらし応援課 課長】

### 【異動】

### ■アグリセンター

〔〕内は旧任を示しています。

### ■豊津アグリセンター

井上 隆一 アグリセンター長

【経済部 資材課 課長】

## 【名称変更】

### ■総務部

〔〕内は旧任を示しています。

石丸 秀利 部長

【総務企画部 部長】

### ■総務課

嶋田 明雄

部長【総務企画課 課長】

高橋 陽介

課長補佐

大森 章史

【総務企画部 総務企画課 課長補佐】

高橋 陽介

係長

岡田 大輔

【総務企画部 総務企画課 主任】

友田 善太郎

【総務企画部 総務企画課】

楠本 弘美

【総務企画部 総務企画課】

和間 千晴

【総務企画部 総務企画課】

### ■リスク管理課

今瀬 達也

課長

壽崎 幸典

係長

井上 知子

【総務企画部 リスク管理課 係長】

【総務企画部 リスク管理課 課長】

## ■人事審査課

山本 健司

課長

鞘野 寿子

課長補佐

高島 慎一

係長

有吉 哲郎

主任

【総務企画部 人事審査課 主任】

一之瀬 奈々子

【総務企画部 人事審査課】

堀田 栄子

【総務企画部 人事審査課】

西野 倫光

【総務企画部 人事審査課付(出向)係長】

【総務企画部 人事審査課付(出向)係長】

國永 菜央

【総務企画部 人事審査課付】

## ■経済部

一　( )内は旧任を示しています。

### ■経済課

古門 孝之

課長補佐

【経済部 ぐらし応援課 課長補佐】

福山 喜博

課長補佐【経済部 資材課 課長補佐】

井上 英彦

係長【経済部 資材課 係長】

脇 理恵

主任【経済部 ぐらし応援課 主任】

【経済部 資材課】

臼井 奈緒美

【経済部 資材課】

末松 陽子

【経済部 資材課】

伊藤 優子

【経済部 資材課】

吉松 喜久美

【経済部 資材課】

荒牧 幸代

【経済部 ぐらし応援課】

清永 光子

【経済部 ぐらし応援課】

馬場 智広

主任

中村 俊輔

主任

【経済部 ぐらし応援課】

【葬祭センター主任】

萩原 愛

主任

是木 博之

主任

【経済部 ぐらし応援課】

【葬祭センター主任】

【経済部 ぐらし応援課】

【葬祭センター主任】

柳澤 亨

主任

梅田 淳一

【経済部 ぐらし応援課】

城戸 初美

【経済部 ぐらし応援課】

是木 直美

【経済部 ぐらし応援課】

釘本 順司

【経済部 ぐらし応援課】

稻田 さおり

【経済部 ぐらし応援課】

塚本 良

【経済部 資材課 精米センター】

中山 和徳

【経済部 資材課 精米センター】

宮崎 たか子

【経済部 資材課 精米センター】

吉田 高章

【経済部 資材課 精米センター】

【葬祭センター】

【経済部 ぐらし応援課】

吉田 高章

【葬祭センター 係長(館長)】

【経済部 ぐらし応援課】

【葬祭センター 係長(館長)】

馬場 智広

主任

中村 俊輔

主任



Smile! けいちく

★今月の  
あなたの運勢



蟹 座

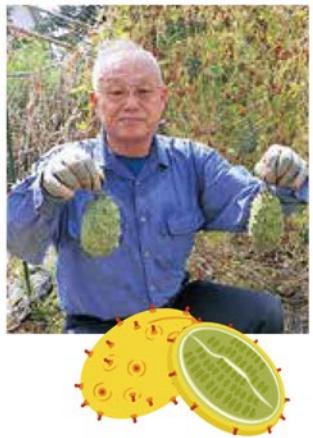
6/22~7/22

困っていたことがスムーズに進みだし、ほっと一息。追い風に恵まれます。懸案事項にも積極的に取り組んで

畠中さんは「ツノメロン」以外にも、ヘビのよう見た目をしている「ヘビウリ」や中国野菜等の珍しいものを育てています。畠中さんは「珍しい野菜や果物を育てるのはすごく面白い。それらをもっと多くのお客さんに知つてもらいたい」と話していました。

畠中さんは「ツノメロン」以外にも、ヘビのよう見た目をしていて、「ヘビウリ」や中国野菜等の珍しいものを育てています。畠中さんは「珍しい野菜や果物を育てるのはすごく面白い。それらをもっと多くのお客さんに知つてももらいたい」と話していました。

### アフリカ原産の悪魔の実 栄養満点な「ツノメロン」



### 伝統行事の「坪刈り」 今年も開催

行橋市二塚地区では、選定された水田5ヶ所で稻株を鎌で刈り取り、昔ながらの脱穀機や唐箕等の道具を使い手作業で粒にし、10ヶあたりの収穫量を想定していくものです。

今年度は、10ヶあたり平均で約442kgの収穫量でした。



生産者	「夢つくし」 10ヶ当たりの収量
A	439kg(7.3俵)
B	426kg(7.1俵)
C	434kg(7.2俵)
D	474kg(7.9俵)
E	438kg(7.3俵)

\*収量は刈り取り粒から14.5% 玄米重に換算したものです。

栽培を始めた当初はあまり実がらず、3年目の今年は多くの実が収穫出来たので、来年からは本格的に栽培を始めるとのことです。

「ツノメロン」は、カリウムやマグネシウム、食物繊維などの栄養が豊富で、果肉をヨーグルトに入れる食べ方がおすすめだそうです。

JJAいちご部会では、9月9日、10日の2日間「あまおう」の花芽分化を促すための陽光処理作業を築上町の西部集荷場と築城育苗センター、豊前市の梶屋倉庫の3ヶ所にて実施しました。



### いちご「あまおう」の 陽光処理作業

JAいちご部会では、9月9日、10日の2日間「あまおう」の花芽分化を促すための陽光処理作業を築上町の西部集荷場と築城育苗センター、豊前市の梶屋倉庫の3ヶ所にて実施しました。

夏期低温暗黒（株冷）処理は、コントナに入れたいちご苗を低温貯蔵施設の真っ暗な場所に入庫することで、花芽分化の時期を通常より早める技術です。

陽光処理当日は、4350ケースを低温貯蔵施設から取り出して、太陽の光にあて、同化養分を増加させることで株の消耗を最小限に抑えます。施設3ヶ所の敷地内に並べ、部会員が1ケースずつ丁寧にかん水を行いました。

同部会では、シーズンを通して安定供給体制の確立のため株冷処理に毎年取り組んでいます。本年度も11月下旬からの出荷を計画しており、クリスマス、年末などのいちご最需要期に合わせた出荷を行うことで有利販売を目指します。



三毛門南瓜保存会は、豊前市の特産品である「三毛門カボチャ」を後世に伝えるために、三毛門小学校の児童達に「三毛門カボチャ」の歴史を教え、定植や収穫等の農業体験を通じて興味を持つてもらうための活動を行っています。

### 地元の特産品「三毛門カボチャ」 を学んでたくさん収穫

豊前市の三毛門小学校3年生36人が9月15日に、三毛門南瓜保存会の指導のもと、「三毛門カボチャ」の収穫を行いました。

JJAいちご部会では、約8haの作付面積を計画しており、関東や関西、九州に出荷する予定です。

JAいちご部会では、JAと京築普及指導センターの担当者は、9月17日に築上町の西部集荷場で「あまおう」の苗の花芽検鏡を行いました。

花芽検鏡とは、顕微鏡を用いていちご苗の葉を剥き花芽の状態を調べることで、定植時期を判断する技術です。当日は、京築地区全体で40件120株のいちご苗が持ち込まれ、担当者は葉を針で一枚ずつ剥がして、顕微鏡で花芽の分化ステージなどを確認することで生産者個人ごとに適期定植時期を予想し、指導を行つてきました。

JJAと京築普及指導センターの担当者は、9月17日に築上町の西部集荷場で「あまおう」の苗の花芽検鏡を行いました。

JAと京築普及指導センターの担当者は、9月17日に築上町の西部集荷場で「あまおう」の苗の花芽検鏡を行いました。



このプロジェクトで、収穫した稲は「白川米」としてホームゲームで販売を予定しています。

選手と子供たちは、サッカーで交流を行った後、黒添営農組合の指導のもと一株ずつ丁寧に手鎌で刈り取りを行いました。

黒添地区で稻刈り体験を行いました。この取組みは、ギラヴァンツ北九州が苅田町や農事組合法人黒添営農組合して進めている「SDGsプロジェクト」の一環として行われたものです。

## 9/18 選手と子供達で稻刈り体験 SDGsプロジェクト

JJA勝山アグリセンターは9月24日に、あぐりキッズ農業体験を開催しました。みやこ町にある、黒田小学校5年生の児童27人が参加しました。児童達は、4ルームの田んぼに黄金色に実った稲を、小松義広さんの指導のもと一株ずつ丁寧に手鎌で刈り取りを行いました。

この取組みは、児童達が田植えから稻刈りまでを体験し、農業と食の大切さを理解してもらう学習です。児童達は「田植えから稻刈りまで大変だったが、お米作りの難しさと、食べ物の大切さが分かった」と感想を話していました。

## 9/24 あぐりキッズ稻刈り体験 農業と食の大切さを学習



収穫された米は、大富神社の祭事による祝詞奉上等の神事と神饌米の刈り取を行いました。

神饌田抜穂祭は、1995年に始られた神饌田の例に倣い、今年も神饌田を定め、6月6日の御田植祭でJAが奉納した早苗が、黄金色に実る時期に開催されます。大富神社の宮司による祝詞奉上等の神事と神饌米の刈り取を行いました。

## 10/3 立派なお米をお供え物に 神饌田抜穂祭

# キウイフルーツ 「甘うい」の 冬季管理 (せん定・防除)

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

## ◆せん定

### 1せん定の適期

「甘うい」のせん定は落葉後から再度樹液が流動する前には終わらせる必要があります。通常12月中旬～1月下旬ごろがせん定適期となります。暖冬により落葉期が遅れる場合は、1月中にせん定作業を集中させてください。

樹形は亞主枝と側枝を一体化して、結果母枝を互いに平行に配置する、いわゆる「吹流し型」整枝(図1)が最も省力で効率の良い樹形です。

### 2せん定の手順

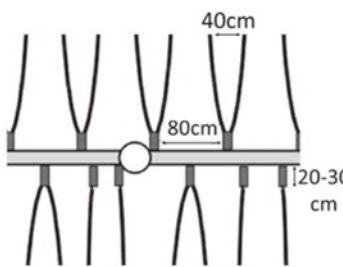


図1 吹き流し型せん定の模式図

## 1器具の消毒

キウイフルーツかいよう病(Psa)は、JA福岡京築管内での発生は確認されていませんが、大変感染力の強い病害です。感染予防として、次の対策に取り組みましょう。

せん定の際に使用したノコギリやハサミには樹液が付着します。この樹液や、靴底に付着した土壤を通じて感染があります。器具や靴底は拡大する恐れがあります。器具や靴底は70%エタノールまたは次亜塩素酸ナトリウムで適宜消毒を行いましょう。

## 2薬剤防除

病原菌は、主に傷口から感染します。せん定した切り口のほか、落葉痕や凍害による傷等からの感染が考えられるため、それを毎年繰り返すことで樹形を維持していきます。

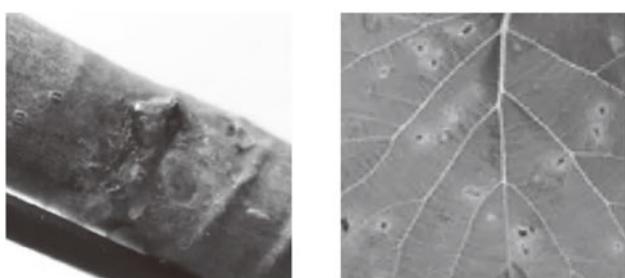
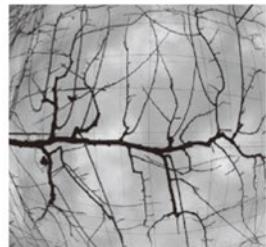


図3 かいよう病の病徵  
(左:枝からの樹液漏出、右:葉の褐色斑点)

2018.1(せん定前)



2018.1(せん定後)

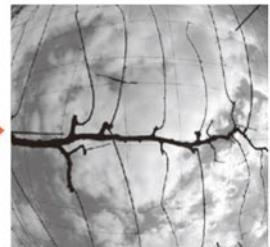


図2 吹き流し型せん定の実例  
(左:せん定前・右:せん定後)

## ◆カイガラムシ類防除

落葉期やせん定後には銅剤を散布して予防を徹底しましょう。また、せん定した切り口は癒合剤で保護を行いましょう。凍害対策として、厳寒期は主幹部をわらで覆つ等の対策を行いましょう。

カイガラムシが多発する園地では、冬季発芽前にアプロード水和剤にアビオンEの展着剤を加用して散布しましょう。発生が局所的であれば機械油乳剤(95%)の散布も可能ですが、この場合は発芽期前に防除を終えましょう。

葉が落ち、枝も整理されたこの時期であれば、カイガラムシに薬剤が当たりやすく、より防除効果が見込まれます。

# こむら返り

健康科学アドバイザー ● 福田千晶



寒い日や、農作業をいつもより頑張った日の就寝中に、こむら返りを起こして、痛みで目覚めたことはありますか？ こむら返りは筋肉のけいれんの一種で、足に力を入れたときや就寝中などに生じる、ふくらはぎにある腓腹(ひふく)筋の異常な収縮による激しい痛みです。こむら返りは筋肉への連絡が筋肉の一部にしか伝わりず、その筋肉だけが過剰に収縮することによって起こります。

根本的な原因は、神経の伝達と筋肉の収縮を調整しているカルシウム、マグネシウムなどのミネラルバランスの乱れといわれています。ミネラルを運ぶ役割は血液が担っていますが、冷えや脱水によって血行が悪くなることで、こむら返りが起こりやすくなるのです。

寒い時期に増える不快なこむら返りは、なんとか予防したいですね。対策としては日頃からストレッチを行い下肢の血行を良くして、筋肉の状態を整えるように努めることです。寒さが厳しいこれから季節は、ふくらはぎの冷えを予防する衣服やハイソックスを着用しましょう。農作業の後の入浴では浴槽の湯にゆっくりつかって、冷えた体を癒してください。こむら返りが起きてしまった場合は、足の爪先を手前引くなどして、ふくらはぎをゆっくりと伸ばしましょう。

治療薬としてよく使われるのは、ビタミンEや漢方薬の「芍薬甘草湯」(しゃくやくかんそうとう)です。ただし、こむら返りには、糖尿病、動脈硬化、腎臓疾患、下肢静脈瘤(りゆう)など、思わぬ病気が潜んでいることもあります。繰り返す場合は、医療機関を受診する」とをお勧めします。

# 私の食育日記

## 毎日の乳製品

食育インストラクター ● 岡村麻純



牛乳を加工して作られる食品は、ヨーグルト、チーズ、バターにクリームなどさまざまです。クリームは牛乳から乳脂肪の成分を除去して作られるもので、そのクリームを攪拌(かくはん)して塊として練り上げたのがバターです。バターやクリームは脂質が多くなり、食べ過ぎは注意です。チーズは牛乳に乳酸菌を加えて凝固させた

息子が先日がをして、足の骨にひびが入りました。牛乳嫌いの息子に「牛乳を飲まないからカルシウム不足では?」と言が、ヨーグルトは大好きですが、ヨーグルトは苦手。一方息子は、牛乳は飲みませんが、ヨーグルトが大好きです。

牛乳を加工して作られる食品は、ヨーグルト、チーズ、バターにクリームなどさまざまです。クリームは牛乳から乳脂肪の成分を除去して作られるもので、そのクリームを攪拌(かくはん)して塊として練り上げたのがバターです。バターやクリームは脂質が多くなり、食べ過ぎは注意です。チーズは牛乳に乳酸菌を加えて凝固させた

事には苦労しますが、毎日乳製品を取っていたらそれだけでピーマンは食べなくて、この野菜は食べているね、次はもう一つ食べられる野菜が増えるといいね、くらいの考え方過ぎない前向きな気持ちで、子どもたちの好き嫌いと向き合つてきたいと思います。

ものです。栄養も凝縮され、カルシウムも気軽に摂取できますが、種類によっては塩分が気になります。ヨーグルトは牛乳に乳酸菌を培養して作る発酵乳で、牛乳の持つ栄養素に加え、乳酸菌の機能も加わり、牛乳に比べて消化性や吸収性が増します。さらに発酵乳はビタミンBを安定して摂取できる魅力もあります。

そんなわけで、息子の訴え通り、無理して牛乳を飲むのではなく、無糖のヨーグルトに果物をのせて、毎朝食べるという結論に至りました。骨の生成にはカルシウムだけでなく、キノコ類に多く含まれ、日光浴により体内でも作られるビタミンDや納豆やホウレンソウに含まれるビタミンKも必要であることも説明しました。

好みがバラバラな2人の食事には苦労しますが、毎日乳製品を取っていたらそれだけでピーマンは食べなくて、この野菜は食べているね、次はもう一つ食べられる野菜が増えるといいね、くらいの考え方過ぎない前向きな気持ちで、子どもたちの好き嫌いと向き合つてきたいと思います。

カラスは翼が障害物に触れるのを嫌うためテグスを縦横に張り巡らします。カラスの翼長（両方の翼を開いたときの長さ）は1m程度になるので、これより狭く張ります。

サル、シカ、イノシシをはじめ、都市近郊の菜園でも、アライグマやハクビシンの被害が増えていました。また、カラス、ハト、ヒヨドリなどの鳥害も日常的に起きています。

### 【防鳥ネットとテグス】

網目が小さいほど防鳥効果が高く、ヒヨドリでは30mm以下、カラスでは75mm以下を用います。被害を受けやすい野菜にはトンネル状や浮き掛け状に覆うのが効果的です。また、防虫用のネット資材（寒冷紗／しゃ／など）を流用するのも有効です。

### 【電気柵の利用】

電気柵には高電圧の電気が流れ、これに触れた獣類はショックを受け

豆類などの大きい種はカラスやハトの格好の餌になり、種まき後、本葉が出るまでが被害に遭いやすいので注意が必要です。べた掛け資材は本来の発芽促進、虫害の予防などに加えて防鳥効果も期待できます。

### 【ネットや柵で隠しをする】

イノシシには餌になる野菜が見えないよう、トタンなどの柵で菜園を目隠します。高さ1m程度の柵では簡単に飛び越えてしまいますが、柵の前にネットなど足に絡む物を配して、踏み切り位置を遠くすると良いでしょう。

## 鳥獣害から菜園を守る

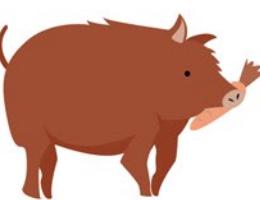
て退散します。ハクビシンは小型のため、電線の下をくぐり抜けないよう、できるだけ低く張ります。電気柵の漏電を防ぐために、除草するなど定期的な管理が大切です。

表1 防鳥資材の特徴

資材名	設置のポイント	対象鳥類
防鳥ネット	網目が細かいほど効果が高い。	カラス、ヒヨドリなど
テグス	1m間隔で張り巡らす。スイートコーンは穂の頂部や上側に張る。	カラス
被覆資材	寒冷紗などをトンネル状に被覆する。不織布をべた掛けする。	カラス、ハト
反射テープ	キラキラと光るテープを野菜の上に張り巡らせる。	スズメなど

表2 防護柵の特徴

資材名	設置のポイント	対象獣類
トタン板	中が見えないように隙間なく設置。	イノシシ
金属フェンス、ワイヤーメッシュ	イノシシは1.5m以上、シカは2m以上の高さ。	イノシシ、シカ
ネット	ネットを防護柵の手前斜めに垂らして、跳躍にくくする。	イノシシ、シカ、サル
電気柵	漏電防止のため除草を頻繁に行う。	イノシシ、シカ、サル、ハクビシン、アライグマ
ネットと電気柵の複合型	ネットを登ったところに、電気ショックを与える。	サル、ハクビシン、アライグマ



# J Aのキャッシュカード等をお持ちの皆さんへ

※1 ローンカードを使用した出金取引も変更の対象となります。

コンビニ(セブン銀行、イーネット、ローソン銀行)、ゆうちょ銀行のATMをご利用の場合、

**令和3年10月25日より、ATMご利用手数料が変更になります。**

## JAキャッシュカード等による

コンビニ(セブン銀行・イーネット・ローソン銀行)・ゆうちょ銀行ATMご利用手数料一覧  
(消費税込)

金融機関	セブン銀行・イーネット ・ローソン銀行	ゆうちょ銀行
お引取内容	入出金	入出金
平日 8:45～18:00	0円▶110円	110円▶110円
土曜日 9:00～14:00	0円▶110円	110円▶110円
平日・土曜日・その他の時間帯 および日曜日・祝日	110円▶220円	110円▶220円

JAバンクのATM利用  
手数料は  
今までどおり  
**無料**です



コンビニ・ゆうちょ銀行提携ATM  
ご利用時の手数料が「無料」となる  
サービスを開始します。

※稼働時間はATMにより異なります。また、ATM稼働時間であってもJAのキャッシュカードによるお取引ができない場合がございます。詳しくはお近くのJAまたは、ご利用ATMの掲示等でご確認ください。※イーネットATMはファミリーマート・デイリーヤマザキ・ボーラ等のコンビニエンスストアに設置されています。※ローソンに設置されているローソン銀行以外のATMはサービス内容が異なる場合があります。詳しくはご利用ATMの掲示等でご確認ください。※コンビニエンスストア等の一部の店舗においては、ATMが設置されていない場合、金融機関が直接ATMを設置している場合、他ATM運営会社のATMが設置している場合等があります。「イーネットATMマーク」「ローソン銀行マーク」をご確認のうえ、ご利用ください。※ご利用の金融機関により、手数料が異なる場合がございます。詳しくはご利用ATMの掲示等でご確認ください。

詳しくは、JA店舗の窓口までお気軽にお尋ねください。

JAバンクで貯金のことなら  
**よからいもん!**

懸賞付定期貯金 ちょキングスーパー

**J A 貯金王**  
**Super 2021**

《キャンペーン期間》  
11/10▶12/30

11/10▶12/30

当てちゃおう!  
©よりぞう

JAのキャラクター「よりぞう」が、サンタクロースと一緒に窓から手を振っているイラスト。

ご契約された方の中から、抽選で  
素敵なプレゼント!

詳しくはJA窓口までお気軽におたずねください。

## 「JAバンク優遇プログラムサービス」のご案内

### ① 「JAバンク優遇プログラムサービス」の概要

令和3年10月25日以降に改定されるコンビニ提携ATM及びゆうちょ銀行ATMにかかるご利用手数料の変更に伴い、当JAでは「JAバンク優遇プログラムサービス」を導入します。

「JAバンク優遇プログラムサービス」とは、お客様のお取引内容(組合員資格・自動受取等)に応じてポイント換算し、ポイントの合計に応じて3段階のステージをお客様ごとに適用します。

ステージに応じて、コンビニ提携ATM及びゆうちょ銀行ATMを利用した入出金取引のご利用手数料を一定回数無料にするサービスです。

### ② ステージ・ポイント・優遇内容について

- ◆JAに届出している内容をもとに判定いたします。
- ◆ポイントは、月初から月末までの取引内容をもとに月末時点での換算します。
- ◆優遇期間は翌月25日～翌々月24日までの期間です。
- ◆ご利用順に回数は合計され、上限に達しますと次回ご利用時から手数料が発生します。
- ◆お申込みは不要です。ステージの確認は、お取引のある窓口でご確認できます。

お取引内容	ポイント
正組合員	60
准組合員	60
正組合員家族(同居)	60
給与振込(5万円以上)	120
年金振込	120

優遇ステージ	手数料
ステージ1 60ポイント未満	有料
ステージ2 60ポイント以上	1回無料
ステージ3 120ポイント以上	2回無料

### ③ サービス開始日

令和3年10月25日から適用されます。



# 農地の出し手、受け手を募集します!



農地中間管理機構(公益財団法人 福岡県農業振興推進機構)を通じて、農地の貸借を行いませんか?

農地中間管理機構は、農地を貸したい出し手から、規模拡大などを行いたい受け手(担い手)への農地の集積・集約化を進めるための中間的受け皿となる組織です。

農地中間管理機構は、公的機関ですので、農地の出し手は、確実に賃料が振り込まれて安心です。また、受け手は、複数の所有者の農地の契約を一本化できるメリットがあります。

その他にも、農地中間管理機構を活用することの優遇施策があります。

申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

## ■令和3年度11月公募

内 容	期 日 (予定)
農地の出し手の募集	随時
農地の受け手の公募	随時(※取りまとめの目安は、11月末です)
機構を通じた農地の権利設定日 (出し手→機構→受け手)	令和4年5月1日又は6月10日(※相談可)

### 貸し借りをしたい農地がある市町の農政主務課

#### 問い合わせ先

- ・行橋市農林水産課(代表☎0930-25-1111)
- ・苅田町農政課(☎093-434-1893)
- ・吉富町地域振興課(☎0979-24-1177)
- ・築上町産業課(代表☎0930-56-0300)

- ・豊前市農林水産課(代表☎0979-82-1111)
- ・みやこ町農林業振興課(☎0930-32-2512)
- ・上毛町産業振興課(代表☎0979-72-3111)

公益財団法人 福岡県農業振興推進機構(☎092-716-8355)

HPアドレス <https://www.f-ap.org/nouchikanri/index.html>

福岡県水田農業振興課(☎092-643-3474)

築上町  
S.Hさん

クロスワードパズルが解けるまで頑張りました。Dが難問でしたがようやく解けて嬉しかったです。

行橋市  
M.Nさん

「Smile!けいちく」を毎回拝読する時、ドキドキします。「あなたもチャレンジ!家庭菜園」は為になりますし、表紙の写真やデザインがスマイルにさせてくれます。

### 読者の皆様からの

OTAYORI HIROBA

## 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。



苅田町  
K.Fさん

毎月、JAの広報誌が来るのをとても楽しみにしています。クロスワードパズルが大好きです。

みやこ町  
M.Rさん

「あなたもチャレンジ!家庭菜園」は、私の後々の参考になっています。

行橋市  
H.Yさん

生産者の顔が載せられていると安心して購入出来ますね。

上毛町  
N.Nさん

年金通帳で初めてくじが当たり、かわいい水筒を頂きました。ありがとうございました。本当に当たりがあるんですね(笑)

豊前市  
T.Hさん

豊前ふれあい市場が大好きです。新鮮で品数も多く、週に3~4回利用しています。職員の方もとても親切です。



(21) 画家・ムンクの代表的な作品  
国際の祝日です  
11月3日は——の日。

(19) だんだん深まって冬に向かいます  
——の絵を描いた

(20) 葉が黄色く色づく街路樹  
——がびようぶに上手に

(15) 林より木が1本多い  
木でなくて——なのだとか

(13) 鳥が羽ばたかせるもの  
⑨ バナナの木は、本当は

(11) 木が1本多い  
鶴は千年、亀は——

(17) 木でなくて——なのだとか  
⑦ 鶴は千年、亀は——

(16) 東の空が明るくなつてくるごろ  
——ふんだんに使つたごちそう

(14) 海の——、山の——を  
——がびようぶに上手に

(18) さなぎや幼虫から成虫に  
なること

(12) 摺り汁から黒糖が作られます  
——はあざなえる縄のごとし

(10) 合わせて作ります  
エッグスとゼットの間

(8) おでこに手を当てて測ることも  
酢、しょうゆ、みりんを

(6) おでこに手を当てて測ることも  
バラ科の果実

(4) おでこに手を当てて測ることも  
——はあざなえる縄のごとし

(3) おでこに手を当てて測ることも  
② せき止めに良いといわれる

(1) メダカもタイもサメもこれ  
みそ汁によく入れる海藻といえば

(5) 水面に糸を垂らして楽しめます  
紙幣や硬貨を入れます

(2) せき止めに良いといわれる  
大学芋の材料です

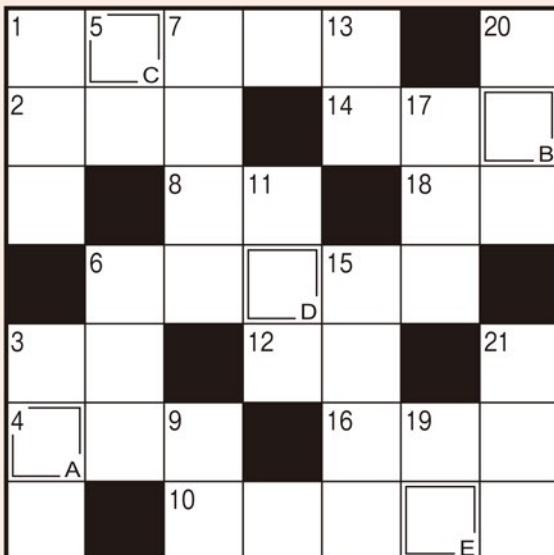
(1) 別名は甘藷(かんしょ)。

### ■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→Eの2重ワクの文字を順に並べてできた言葉が答えです。



9月号の正解は  
「マスクツ」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】11月19日(金)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99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。

郵便はがき  
63 8280061  
JA福岡京築  
総務部総務課  
行  
豊前市大字荒堀500番地

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

## 第6回理事会報告 (令和3年9月28日開催)

### ○議案

- 第1号議案 不祥事再発防止策の制定について
- 第2号議案 贈答接待に関するガイドラインの制定について
- 第3号議案 機構改革及び職制規程の一部変更について
- 第4号議案 資産の貸与について(上唐原農業倉庫)

### ○報告事項 8件

以上の件、審議されました。

J  
A  
D  
E  
R  
A

9月末

●貯金高	1660億5139万円
●貸出金	139億133万円
●共済保有高	4584億6862万円
●販売品販売高	18億9488万円
●購買品供給高	23億8933万円
●出資金	28億1720万円
●組合員数 正	11,991人
准	12,573人
計	24,564人
●職員数	442人 (うち正職員244人)

創刊100号記念  
プレゼント!!  
当選者発表!!

### 商品券

10,000円分

たくさんのご応募ありがとうございました。

厳選された抽選の結果、創刊100号記念プレゼントの当選者が決定いたしました。

なお当選者には、商品の発送をもってかえさせて頂いております。

行橋市 F.S.さん



おめでとうございます。



# 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福岡京築総務部総務課  
(広報担当:ともだ) 0979-82-5555



パパからの  
メッセージ

今年生まれてきた弟と  
家族5人でたくさん  
思い出つくろうね。

みやこ町 岡 来瑠実 ちゃん(3歳/写真右)  
桔平くん(2歳/写真中央) / 寛智くん(5ヶ月/写真左)



行橋市 吉川 彩友 ちゃん(1歳3ヶ月)

ママからの  
メッセージ

これからもニコニコで  
元気な彩友でいてね♪



## シェフ永井のおすすめ

今月の  
RECIPE

### 栗のメンチカツ

● 材料

(2人分)	豚ひき肉	120g
	タマネギ	1/4個分 (みじん切りをしてさっと炒めたもの)
A	塩	1g
	こしょう	少々
	ナツメグ	少々
	ゆで栗	4個

薄力粉	適宜
溶き卵	1個分
パン粉	適宜
サラダ油	適宜
レタス	適宜
お好みの調味料	適宜 (ソース、しょうゆなど)

● 作り方

- (1) ボウルにひき肉とAを入れ、粘りが出るまでよく混ぜ合わせる。
- (2)(1)を4等分に分け、1つずつゆで栗を入れ成形し、薄力粉、溶き卵、パン粉を順に付ける。
- (3) フライパンにサラダ油を熱し、(2)を170度で4分揚げ、油から引き上げる。  
バットで3分休ませた後、油の温度を180度に上げ、2分揚げる。
- (4) 皿にレタスを敷き、半分に切った(3)を盛り付ける。お好みの調味料を掛けて出来上がり。



## 葬祭センターの感染予防への取り組み 「新しい葬儀様式」実践例

- 広い会場でも少人数葬儀ができます。
- どの会館でも大小式場を選べます。
- 職員もマスク着用で対応します。
- 式場では椅子の間隔を広く取ります。



- 分散した参列や途中での離席もできます。
- 式典時間外の受付や焼香もできます。
- 会館では窓や扉を開けて換気をします。
- 会館には消毒液やマスクを常備します。

○全会館に「検温顔認証カメラ」を設置しています。

○受付と食堂には「飛沫防止パネル」を設置しています。

JAやすらぎ中央会館  
フリーダイヤル 0120-48-7979

JAやすらぎ西部会館  
フリーダイヤル 0120-48-7979

フューネラルホール山河  
さん が  
フリーダイヤル 0120-26-5041