

あなたとJAを結ぶホットライン

J A club

2017
6
No.303



特集

梅雨どきの湿気対策

2〜3



Topic & Event	4〜5
営農通信	6〜7
お知らせ	8〜9
新鮮食材で楽しくクッキング	10
たんぽぽだより	10
ベランダでできるキッチンガーデン	11
クロスワードパズル	11
農業×男子	12
今月の「輝く人」	12
JAファンづくり活動	12
職員紹介	12

今月の表紙

あまあ〜いいちご。
いっぱいとったよ！

(P4 いちご収穫交流会)



JA柳川
「センドくん」



JA柳川
「センドくん」



梅雨どきの湿気対策

ホームオーガナイザー ● 吉島智美

いよいよ梅雨到来です。

この時期、今まではまったく問題がなかったような物にも、突然カビが発生してしまい、残念な思いをすることってありませんか？
そこで今回は、湿気（水蒸気）対策のこつを紹介합니다。



シートタイプの除湿剤を引き出しなどに入れる際は、防虫剤とは逆に、衣類の上よりも引き出しの底に敷いてください。

除湿剤は狭い空間では効果を発揮しますが、部屋全体などの広い空間の湿気を取るといった使い方には不向きです。そうした際には、やはり除湿機をお薦めします。

湿気は空気よりも重いいため、下の方にたまります。押し入れや靴箱など閉ざされた空間は、空気の循環が起きにくいので、湿気がたまりやすいものです。
そのため、まずはこつした閉ざされた空間、特に二階よりは一階、上段よりは下段に注意しながら、除湿剤や「すのこ」を設置しましょう。



カビは空気の循環が悪いと増えていきます。そのため室内はもちろん押し入れやげた箱、クローゼットの内部には、定期的に扇風機などで強制的に換気を行うと効果的です。



ちょっとしたこつで、気持ち良く梅雨の時期を乗り切りましょう！



梅雨の時期、気になりはじめるもう一つは《食中毒》の3文字。じつとり湿った梅雨の空気は、菌の繁殖に好都合です。厚生労働省によると、昨年食中毒と診断された患者は全国で約2万人に上るといわれています。

食中毒を予防するための3つのルール

★つけない

調理前、生肉や魚を扱う前後や残った食品を扱うときなどに、しっかり手を洗いましょう。

また、生肉や魚を扱ったあとのまな板は、その都度洗いましょう。

★増やさない

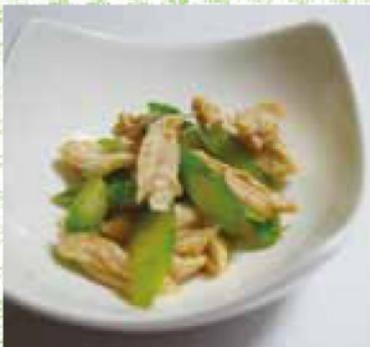
細菌の多くは高温多湿な環境での増殖がもつとも活発になるため、食品を低温保存することで、菌の増殖を遅らせることができます。生鮮食品やお惣菜はなるべく早く冷蔵庫へ入れましょう。

★やっつける

ほとんどの細菌は加熱することで死滅します。特に、肉は中心まで火をしっかりと通しましょう。料理に使った調理器具はしっかりと洗い、熱湯をかけて殺菌しましょう。



梅雨の時期にピッタリ♪ アスパラガスのさっぱり梅肉和え



梅には殺菌効果があり、多湿な梅雨に起こりやすい食中毒の防止につながります。

加えて鶏ささみとの組み合わせは滋養強壮や疲労回復に効果的です。

今回は、柳川の農産物のひとつであるアスパラガスを使ったレシピをご紹介します。

【材料（4人分）】

- アスパラガス ……………8本
- 鶏ささみ……………2本
- 塩 ……………適量
- 酒 ……………適量
- (A)
- ・梅肉 ……………40g
- ・酢 ……………大さじ1
- ・薄口しょうゆ ……小さじ1/2
- ・みりん ……………大さじ2
- ・塩 ……………少々

【作り方】

- ①アスパラガスは、ハカマを取り塩茹でし、斜めに薄切りにします。
- ②鶏ささみは耐熱容器に入れて塩、酒を加え、ラップをして電子レンジ調理(強で約2分)し、手でさきます。
- ③(A)を合わせて①、②と和えれば完成です。



熱中症対策も忘れずに!

一般財団法人日本気象協会 ● 檜山靖洋

次第に梅雨入りする時期、湿度が高まり、蒸し蒸ししてくるころです。

本格的な真夏の暑さは、梅雨の後ですが、この時期から熱中症対策をすることが大切だといえます。少しずつ暑さに体を慣らすと、真夏に熱中症にかかりにくくなります。この時期は、ウォーキングなどじわっと汗をかく運動を週4回以上行い、1カ月ほど続けると、熱中症になりにくい体になるといえます。汗をかきやすい体になるなど、体温調節の働きが向上するためです。さらに運動後に牛乳を飲むと、より効果があるそうです。

真夏の暑さに打ち勝つためには、この時期が大切ということになります。今から暑さや汗をかくことに慣れておきましょう。



♪工夫して快適な梅雨を過ぎすとともに、真夏の作業に備えた体づくりをしましょう





4 17~28 (月) 中山大藤まつり まかせな菜みつはし

柳川市三橋町の中山熊野神社では、一面淡い紫の花が垂れ下がり、藤の花の香りが漂う「中山大藤まつり」が開催されました。



露店にはたくさんの屋台が並び、柳川市三橋町の「まかせな菜・みつはし」も地元の農産物や特産品を販売しました。



4 17 (月) RKBラジオで博多ナスをPR なす部会青年部

なす部会青年部の10名で、4月17日(よいナスの日)に、博多ナスの美味しさを知ってもらおうとラジオでPRしました。放送では部会員らは「僕たちが愛情を込め、また自信をもってつくった「博多ナス」を、ぜひ食べてください」と話しました。



5 8 (月) いちご収穫交流会

JA柳川青年部昭代支部は、同盟友の古賀崇義さんの圃場に柳川管内の昭代保育園の園児を招き、いちご「あまおう」の収穫交流会を行いました。

園児51名が参加し、青年部盟友から収穫の仕方や食べごろになったいちごの見分け方を教わりながら、収穫を楽しみました。



新任LA(ライフアドバイザー)

宜しくお願いします



●井口 宏 ●大津 忍 ●原口 美穂 ●林 研人
(昭代支所) (三橋支所) (三橋支所) (三橋支所)



4 19~21 (水) 渉外実践訓練

JA柳川は3日間、学童農園むつごろうランドで、新任LA4名を対象に研修会を行いました。研修会では、JA共済連とJA本所の職員が講師を務め、新任LAを対象に、接客対応やロールプレイングを行い、実際に組合員宅へ訪問活動を行いました。



4 11 (火) ソラマメ査定会

営農センターで、平成29年産ソラマメの出荷規格査定会があり、風雨害対策や摘莢・追肥の仕方など今後の管理の徹底について説明し、その後、生産者らは実物のソラマメを手に取り、等級区分や階級区分などの出荷規格を細かく確認しました。



4 18 (火) いちじく栽培講習会

営農センターで栽培講習会を開き、イチジクの春期管理について確認しました。不要な芽を除き、残る枝の生長を促進するための芽かぎ（新梢管理）や病害虫の防除など今後の管理について参加者は確認をしました。



4 下旬 女性部 班長・グループ長会議

JA柳川女性部は、4月中旬から下旬にかけ6支部（蒲池・昭代・柳川・大和・皿垣開・三橋）で、「食の安全」をテーマに研修を行いました。研修では、経済部の重富敏弘部長が講師を務め、現代社会の食品が、食品添加物を使えば簡単で、おいしくできることを、無果汁炭酸飲料実験をしました。

女性部員らは炭酸水に、ブドウ糖果糖液糖（甘味料）、クエン酸（酸味料）、添加物（着色料・香料）を加え、実際によく販売されている炭酸飲料を作りました。

参加した部員らは「炭酸飲料が食品添加物ばかりで作られることを知り驚いた、食品添加物を使ったものを、これから控えたいと思った」と話しました。



4 11 (火) 実エンドウ出荷会議

営農センターで、平成29年産実エンドウの出荷会議があり、追肥の時期や褐斑病やうどんこ病などの病害虫防除や出荷規格等、今後の管理について説明がありました。



4 20 (木) ぶどう部会現地検討会

生産者の圃場（ほじょう）で現地指導会が行われました。部会員らは、開花前の栽培状況や今後の管理について確認し、「順次芽をかいて生育を揃えること。また、強い新梢から早めに誘引、特に強いものは捻枝するように」など管理のポイントを確認しました。

梅雨時の排水対策と 病害虫の早期防除を

オクラ



今後の管理では、梅雨期に入ると病害虫の発生も予想されるので以下の点に注意し、管理を行って下さい。

1. 排水対策

圃場内に水がたまると根痛み、生育障害等をおこしますので、圃場外へ排水できるようにして下さい。畝上まで浸水した場合は直ちにダコニール1,000(1,000倍)等で消毒を行って下さい。

2. 追肥

第1回目の追肥は着果確認後に1回当りNK2号を20kg/10a程度15日～20日間隔で行って下さい。

3. 病害虫防除

アブラムシの発生がみられますので、早期よりアドマイヤーフロアブル(4,000倍)かモスピラン顆粒水溶剤(4,000倍)等での防除を行って下さい。

(園芸振興課)

6 営農通信 月の農作業

高温に負けない稲づくり

水 稲



水稻は適期に移植しましょう！

早い時期に田植えをすると、出穂が早まるため、登熟期間が高温となり、品質・収量が低下しやすくなります。米の品質を向上させるために、適期に田植えを行って下さい。

基肥は多くやりすぎないようにしましょう！

基肥を基準量より多く施用することで、分けつが旺盛となりますが、籾数過剰による充実不足で、逆にくず米が増加し、減収や品質低下の原因となります。地力に応じた適正な施肥を行って下さい。

基肥は田植日に近い時期に施用しましょう！

基肥を田植え日からあまりに早い時期に施用すると、窒素成分が早めに消失し、減収や品質低下につながります。

○田植え時期

- 6月15日～ : 夢つくし
- 6月20日～ : 元気つくし
- 6月24日～ : ヒノヒカリ・ヒヨクモチ

(農産振興課)

平成29年度 農作業標準料金協定表

JA柳川では、柳川市および関係機関と協議した結果、平成29年度の農作業標準料金の協定額は下表のとおり決定しました。

農作業項目	単価(円)	備 考
水稻耕起	荒田から代かき	18,000 10a当り(中間耕起含む)
	麦後から代かき	12,000 10a当り(代かきのみの場合4,500円)
荒田耕起	8,500	10a当り
中間耕起	5,000	10a 1回当り
麦播種(耕起)	12,000	10a当り(施肥機付は、10%増)
大豆播種(耕起)	10,000	10a当り(施肥機付は、10%増)
収穫	水稻	19,000 10a当り(出荷運搬含む)
	麦	13,000 10a当り(出荷運搬含む)
	大豆	10,000 10a当り
水稻育苗	565	1箱当り
田植え	7,500	10a当り(施肥機、除草剤散布機付は10%増)
麦土入れ	2,500	10a当り
大豆中耕培土	3,000	10a当り
薬剤防除	1,300	10a当り(粉剤) 薬剤代別
	3,500	10a当り(液剤) 薬剤代別
弾丸暗渠	3,400	10a当り(3m間隔)
畦ぬり	50	片あぜ1m当り
土改材散布	2,600	10a当り

※ ほ場面積が10a未満は10%増

※ この標準料金は、消費税込みの金額です。



おうし座 (4/20～5/20)

【全体運】 趣味や習い事を楽しむと、新たな発見や驚きがあるかも。おいしいお茶や料理を堪能するのにも向いています。

【健康運】 耳寄りな情報入手。体調改善が可能に。

【幸運の食べ物】 マダコ



おひつじ座 (3/21～4/19)

【全体運】 コミュニケーション運が活性化。初対面の人とも会話が弾み、すぐ親しくなれそう。飲み会などには積極参加を。

【健康運】 無理をしやすい月。十分な休養を取って。

【幸運の食べ物】 キクラゲ

普及情報

筑後農林事務所 南筑後普及指導センター

天敵を利用したなすの害虫防除について

なすの重要害虫であるアザミウマ類やコナジラミ類に対して、天敵を導入する事例が多くなっており紹介します。



二種類の天敵を利用

今回紹介する方法では、購入天敵のスワルスキーカブリダニ(以下スワルスキー)と土着天敵のタバコカスミカメ(以下、カスミカメ)の二種類の天敵を使います。

スワルスキーは、アザミウマ類幼虫、コナジラミ類幼虫、チャノホコリダニを捕食します。25℃で卵から成虫までの日数が6日と増殖力が高い一方で、低温に弱いという特徴があり、定植後〜11月の防除に活躍します。

一方、カスミカメは、アザミウマ類幼虫、コナジラミ類幼虫を捕食し、捕食量がスワルスキーよりも多いという特徴があります。スワルスキーよりも増殖が遅いのですが、低温にやや強いので、12月〜2月の厳寒期の防除に向いています。

3月以降は再度増殖したスワルスキーとカスミカメがアザミウマ類とコナジラミ類を抑えます。購入天敵のスワルスキーはボトルで販売されており、定植の2週間前までに注文する必要があります。

土着天敵のカスミカメは生産者自身で集める必要があります。

カスミカメが好んで集まってくるクレオメという花を、初夏に露地で栽培しておき、なす定植後に刈り取ってカスミカメごとハウスに持ち込みます。また、厳寒期にカスミカメが減るのを防ぐため、ハウス内にもクレオメを植え、カスミカメの住家とします。

カスミカメ導入の方法

①カスミカメ収集用クレオメの栽培

5月中旬から6月上旬までに2回程程度に分けて、露地にクレオメを播きます。直播でも移植栽培でも、どちらでも構いません。ハウス10aあたり15〜20㎡(畝幅100cm、株間30〜40cm2条植え)、種子300〜400粒(3〜4/穴)が必要です。また、雑草対策のため、黒マルチ栽培をします。また、クレオメの播種から発芽は10〜14日程度かかります。



カスミカメ収集用のクレオメ

②ハウス定植用クレオメの栽培

なす定植の30〜40日前に、72穴セルトレイにクレオメを播きます。ハウス10aあたり20本程度必要です。必要に応じてかん水・液肥施用をして定植日まで管理します。

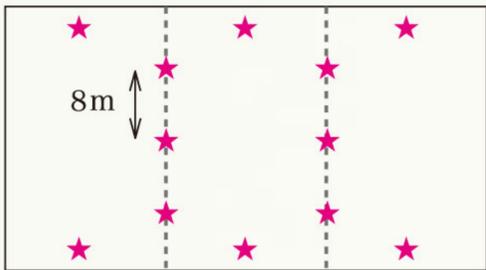
③定植前の薬剤処理

定植前に害虫をゼロにすることが成功のポイントです。

アザミウマ類やコナジラミ類、アブラムシ類等の防除のため、定植5日前から前日までになす苗に薬剤をかん注処理しておきます。

④クレオメをハウス内へ定植

なすの定植前後に、根をいためないように、クレオメ苗をハウス内に定植します。各棟の畝の両端と谷等に10aあたり20本植えます。



⑤スワルスキー放飼

なす定植3〜5日後に、スワルスキーを放飼します。

⑥カスミカメ放飼

なすの主枝が決まった頃、露地のクレオメの花の部分刈り取り、タマネギネットに入れてハウス内に置きます。10aあたり10袋が目安です。カスミカメの数が少ない場合は2〜3回追加放飼します。



ネットに入れて設置されたクレオメ

天敵導入上の注意

①天敵に影響のある薬剤は使用を避けます

農薬や展着剤の種類によっては、天敵の数を極端に減らしてしまうことがあるため、使用できる薬剤が限られます。

②定期的な病害予防が必要

天敵を導入すると、殺虫剤の散布回数を減らすことができますが、同時に殺菌剤の散布回数まで減らしてしまうと、病害が発生しやすくなります。

天敵を導入しているかどうかに関わらず、月2回程度、定期的な殺菌剤の予防散布をしましょう。

③カスミカメの適正頭数

カスミカメは、数が多すぎると、なすの草勢を落とす場合があります。適正頭数は、導入初期は葉10枚に1〜3頭、それ以降は葉10枚に3〜8頭です。

4月以降、気温の上昇に伴い、カスミカメが増えすぎて、葉1枚に1頭以上いる場合は、数を減らすためカスミカメの増殖源であるクレオメをハウス外に持ち出します。

お問い合わせ先

◆JA柳川営農センター

09444・76・5155

◆南筑後普及指導センター

09444・62・4191

◆組合員の皆様へ、農薬(毒劇物指定)購入の際は、必ず印鑑が必要です。
◆農薬の安全使用と飛散防止対策を徹底しましょう。



JAclub 2017.6



かに座 (6/22~7/22)

【全体運】あれこれ気にし過ぎて、やるべき作業を忘れてしまいがち。優先順位を間違えないように。深呼吸で心を静めて。
【健康運】睡眠の質を改善することで、好転しそう。
【幸運の食べ物】レタス



ふたご座 (5/21~6/21)

【全体運】自分に自信が生まれます。やってみることに思い切ってトライすれば成功させられるはず。スポーツ観戦も◎。
【健康運】生活リズムに乱れが。規則正しい生活を。
【幸運の食べ物】カワハギ

今月のお知らせ

福岡県と県内全市町村からのお知らせです 事業主の方へ個人住民税の特別徴収税額通知が届きます

5月末までに事業主の方へ従業員がお住いの市町村から個人住民税の特別徴収税額通知が届きます。平成29年度分の個人住民税は6月支給分の給与から毎月の引き去りを開始し、翌月10日までに従業員の方がお住いの市町村へ納入してください。

従業員が常時10人未満の場合は、従業員がお住いの市町村に申請し承認を受けることで、年12回の納期を2回にする「納期の特例」を利用できます。お手続きは市町村の個人住民税担当窓口にお問い合わせください。

■お問い合わせ先

【通知・納入・各種手続きに関すること】各市町村個人住民税担当課
【制度に関すること】福岡県税務課(☎092・643・3049)

個人住民税の特別徴収とは

所得税の源泉徴収と同様に、給与支払者である事業主の方が従業員の方に毎月支払う給与から個人住民税を差し引き、納税義務者である従業員の方に代わって、従業員の方がお住いの市町村に納入していただく制度です。

福岡県と県内全市町村は、給与所得者(従業員)の方々の納税の利便性の向上と税負担の公平性を図るため、個人住民税の特別徴収を徹底しています。

詳しくは福岡県ホームページをご覧ください
「個人住民税 特別徴収推進のひろば」

福岡県 特別徴収推進 検索

農家の皆様へ 経営所得安定対策 交付申請は お済みですか?



平成29年度経営所得安定対策の交付申請受付が締め切られます。制度を活用される方は、期限までに交付申請書を提出してください。

受付期間：平成29年6月7日(水)まで

受付場所：柳川市役所 大和庁舎 農政課 振興係

持ってくるもの：交付申請書、印鑑、本人名義の貯金通帳(交付金受取口座)

問合せ先：農政課 振興係(77-8734) 営農センター(76-5155)

※様式については、受付場所にも備えております。

梅雨時期の車の視界確保の為に!

ワイパーブレードキャンペーン

むつごろうSS・雲龍の里SSにて、
6月1日~6月30日まで
ワイパーブレードキャンペーン
を行います。

通常価格 1,296円(税込)を

キャンペーン特価 **1,000円(税込)**

※リアワイパーは除きます。



夏の軽装(クールビズ)の実施中!

地球温暖化抑制、自然環境保護、節電への取り組みの観点から、事務所内の冷房温度を一定温度に設定を致します。

それに伴い、体感温度を下げ、効率的に働くことのできる「夏の軽装」を実施しておりますので、お客さまのご理解をよろしくお願ひします。



【実施期間】平成29年5月1日(月)~10月31日(火)

【冷房温度の設定】27℃~28℃の設定

柳川農業協同組合

J A柳川 盆提灯展示高談会



日時：平成29年6月9日(金)~11日(日)
時間：午前9時~午後4時まで
場所：法事会館「惚ぶ庵」
(おもひでホール三橋 隣)

※当日は、通りすぐりの「盆提灯」を多数、展示しております。是非、ご来場の程、よろしくお願ひします。

お問い合わせ先：J A柳川経済センター
TEL 0944-74-2000



おとめ座(8/23~9/22)

【全体運】つまらない意地を張りやすみたい。間違っていると
思ったら素直に反省を。身近に植物を置くと開運効果あり。

【健康運】ヨガやマッサージなどが体調に好影響あり。

【幸運の食べ物】キュウリ



しし座(7/23~8/22)

【全体運】知的好奇心を大切にしたい時期。興味を引かれること
があれば、チャレンジしてみて。読書を満喫するのも正解。

【健康運】食事内容に気を配って。薬膳にも注目を。

【幸運の食べ物】ラッキョウ

JA柳川女性部 6月行事予定

全体	6月12日(月)	女性部本部役員会
大和	6月 8日(木)	助けあい ミニデイサービス

お問い合わせは、
各支所の営農経済課または、
経済企画課女性部担当まで。



年金友の会 6月行事予定

本所	6/29~6/30	本部役員視察研修
----	-----------	----------

年金口座指定キャンペーン・
年金予約キャンペーン実施中!

平成29年4月3日(月)~平成30年2月28日(水)まで

お葬式の事前相談会~ご案内~

事前相談のメリット

- 「お葬式の費用がどれくらいかかるか心配で、
家族に負担をかけたくない」
 - 「いざと言う時に、家族が慌てて、
困らないようにしておきたい」
 - 「悲しみの最中に、
費用や段取りの心配をしたくない」
- ◆ いつでも、事前相談行っております!!
☆相談受付時間 9時~17時(毎日)☆

安心と信頼で御奉仕する JA柳川 葬祭センター



おまひでホール

☎ 0120-72-4744

この度の葬祭に際し、
ご会葬頂きました皆様方に
心より御礼申し上げます。

平成29年4月 利用件数37件 <敬称略>

	《喪主》	《故人》
三橋	松浦 文人	松浦 ミツエ
昭代	佐藤 稔臣	佐藤 孝義
昭代	梅崎 クニ子	梅崎 一信
三橋	武田 幸子	武田 清

他、多数の御利用を頂いております。
※喪家の承諾の上掲載いたしております。

謹んでお悔やみ申し上げます。

柳川農業協同組合 代表理事組合長 成清 法作



監事会だより

■第1回監事会 平成29年4月7日(金)

◆協議事項

- (1) 監事候補者の同意について
- (2) 平成28年度期末監事監査日程の確認について

◆報告事項

- (1) 平成28年度期中監事監査指摘事項に対する改善経過報告について

◆平成28年度期末監事監査

平成29年4月17日~5月12日(8日間)



理事会だより

■第1回定例 平成29年4月27日(木)

◆付議事項

- 第1号議案 第28回通常総代会開催について
- 第2号議案 功労表彰・善行表彰について
- 第3号議案 役員退職慰労金の諮問について
- 第4号議案 役員選任について
- 第5号議案 組員規程の一部改正について
- 第6号議案 全国農業協同組合連合会が行う農業経営事業に関する同意について
- 第7号議案 ゆうちょ銀行提携ATMにかかる顧客手数料の改定(有料化)について
- 第8号議案 通所介護事業所及び介護予防通所介護事業所運営規程の一部改正について
- 第9号議案 訪問介護事業所及び介護予防訪問介護事業所運営規程の一部改正について
- 第10号議案 平成28年度期末賞与の支給について

◆協議事項

平成28年度事業報告・決算報告及び剰余金処分(案)について

◆報告事項

- (1) コンプライアンス・プログラム下半期分の進捗状況報告書
- (2) 反社会勢力との取引排除にかかる対応状況等の報告
- (3) 自主検査結果とりまとめ報告書
- (4) 平成28年度下期苦情処理報告書
- (5) 自己査定結果について
- (6) 平成28年度太陽光発電実績について
- (7) 組員説明会について
- (8) クールビズの実施について
- (9) 貸付金金利改定報告について
- (10) JAバンク福岡業務継続要領の一部改正について
- (11) 中小企業者等に対する金融の円滑化を図るための実施状況について
- (12) 剰余金運用状況報告書について
- (13) 平成28年度第4四半期の剰余金運用実績について
- (14) 回収実績報告について
- (15) 平成28年度葬祭事業施設別月次利用実績について
- (16) 平成28年度介護保険事業実績表について
- (17) 通所介護事業及び訪問介護事業に関する実施要領の一部改正について
- (18) 平成28年度センドくんランドリー利用実績表
- (19) 平成28年度購買品供給実績表について
- (20) 南部地区CE新設工事一般競争入札願末書について

JA柳川 連絡先一覧

本所 / TEL 0944(73)6312

〒832-0058
福岡県柳川市上宮永町425番地の1

営農センター / TEL 0944(76)5155

経済センター / TEL 0944(74)2000

農機センター / TEL 0944(74)2110

福祉事務所 / TEL 0944(74)9980
(たんぼぼ)

支所 ●蒲池支所/72-9233 ●大和支所/76-3009

●昭代支所/73-6241 ●皿垣開支所/76-0211

●柳川支所/73-6311 ●三橋支所/73-6131

HPアドレス : <https://www.yanagawa-fk-ja.or.jp>

さそり座 (10/24~11/22)

【全体運】 親切にされても裏があるように感じてしまう暗示。
考え過ぎないで。いつも笑顔で心掛けると運が巡ってきます。
【健康運】 スポーツに励んでみて。上達が早いはず。
【幸運の食べ物】 メロン

てんびん座 (9/23~10/23)

【全体運】 発想力が高まる兆し。ひらめいたことをメモしておく
と後々に立ちそう。リーダー役を引き受けるのも大賛成。
【健康運】 散歩などで体を動かせばストレス解消に。
【幸運の食べ物】 ジャガイモ



新鮮食材で
楽しく
クッキング

パプリカのツナグラタン



【材料（4人分）】

パプリカ（赤・黄）……………各1個	オリーブ油……………適宜
ツナ缶（70g）……………3缶	パン粉……………適宜
合わせ調味料など	パルメザンチーズ…適宜
マヨネーズ……………大さじ2	こしょう……………適宜
白みそ……………大さじ1	パセリ……………適宜
トマト（みじん切り）…大さじ1	
タマネギ（みじん切り）…大さじ1	

【作り方】

- ①パプリカは縦4等分にして種を取り除く。
- ②ボウルに油を切ったツナを入れ、合わせ調味料などを混ぜ合わせる。
- ③①に混ぜ合わせた②を載せ、オリーブ油を入れたフライパンで焼き色を付ける。
- ④予熱したトースターにアルミホイルを敷き、③を5分焼き、パン粉とパルメザンチーズを掛け1分焼く。
- ⑤仕上げに、こしょう・パセリを振って出来上がり。

Point!

フライパンで焼くときは、中火でじっくりと焼くと甘味が引き出せます。

「キッチン晴人」オーナーシェフ・永井智一

JA柳川テイサービス 「たんぽぽ」だより

「たんぽぽ」での1日

①お迎え
ご自宅～たんぽぽへ



②バイタル測定
朝の体調チェック!



③ラジオ体操
1日のスタートです。

④入浴・筋トレ
朝風呂で頭も体もスッキリ!
空き時間には頭の体操♪



⑤物理療法・マッサージ
★利用者様に大人気★

⑥口腔体操
誤嚥予防に食事前の口の体操です。

⑦昼食
毎日の楽しみ♡

手作りの暖かい昼食は、ほとんどの方が完食されます!!



⑧余暇時間
歯磨きをしたら一休み

春の訪れで景色が鮮やかになりましたね。
新年度を迎え、この度「たんぽぽ」も
5年目に突入しました。
今回は「たんぽぽ」の1日の流れをご紹介します!

*基本的な一日の流れです。
レクリエーションでは、お出掛けしたい手作業をしています!

⑨レクリエーション
リハビリ体操

元気な体と心を維持しましょう!

⑩おやつ

皆さん甘い物は大好きです(。)

⑪お帰り

安全運転でご自宅までお送りします。



リハビリ
3点セット★

季節・気候に合う
たおやつを用意
しています。



これからも、利用者様・ご家族様に安心してご利用して頂ける様、
スタッフ一同、元気で笑顔で皆様をお迎え致します!!
気になる点などございましたら、お気軽にお問合せ下さい。

スタッフからの一言

人生、教えられたり教えたり、多くを学んでいます。介護士 小宮

楽しく1日を通しましょう! 生活相談員 山口

毎日 笑顔😊
看護師 石橋

常に笑顔を忘れずに!!
介護士 西村

いつでも声を掛けてください!
生活相談員 野田



やぎ座 (12/22～1/19)
【全体運】物事を深刻に受け止めやすくなる気配。開き直りの気持ち忘れずに。リラックスするにはハーブティーが有効。
【健康運】ちょっとしたけがに注意。行動は慎重に。
【幸運の食べ物】ピワ



いて座 (11/23～12/21)
【全体運】勢いがあるときはいいけれど、ささいなことでつまづきやすい月。失敗を引きずらず、気持ちを切り替えて。
【健康運】簡単な体操を。日課にするのがお勧め。
【幸運の食べ物】パプリカ

キュウリ（ウリ科キュウリ属）

土壌医 ● 藤巻久志

キュウリの原産地はインドのヒマラヤ山麓です。漢字で「胡瓜」と書くように、西域から中国を経て日本に渡来しました。

キュウリは果皮が緑色ですが、黄瓜とも書きます。実は私たちが食べているキュウリは未熟な果実で、熟すと鮮やかな黄色になります。採種はヘチマのように大きくなった「黄瓜」からします。

40年前までのキュウリは、暑さなどから実を守るブルームという、ブドウやプラムなどと同じような、白い粉を吹いていました。ブルームを農薬と勘違いする消費者もいました。近年流通しているほとんどのキュウリは、カボチャ台木に接ぎ木して、果皮がしっかりして色つやが良く、日持ちするブルームレスキュウリです。ブルームレスキュウリは風味や歯切れが悪いといわれ、キュウリの消費量は年々減っています。

キッチンガーデンでは、自根のおいしいブルームキュウリを作りましょう。

日当たりと風通しの良いベランダなら、鉢やプランターでも栽培できます。地温が高い6〜7月では、じかまきができます。



10号（30cm）以上の鉢か大型プランターに市販の培養土を入れ、中央に種を3〜4粒まき、種の厚さの3倍（約1cm）の覆土をします。順次間引きして、本葉3〜4枚までに1本立ちします。

キュウリは水を好むので、水やりは毎日、朝や夕に土の表面が乾く程度にします。追肥は10000倍の液肥を1週間置きに施します。

つるが伸び始めたら2mくらいの支柱を立てて、ひもで軽く縛って誘引します。ネットを張って緑のカーテンでの栽培もできます。

低位節（4〜5節）から発生した側枝や雄花は摘み取ります。親づるが人間の背丈くらいまで伸びたら摘芯（先端を摘む）します。5〜6節以上から出る子づるは葉2枚を残して摘芯します。果長が約20cmになったら収穫です。生育が早いので、果実が大きくなり過ぎないように注意します。

クロスワードパズル

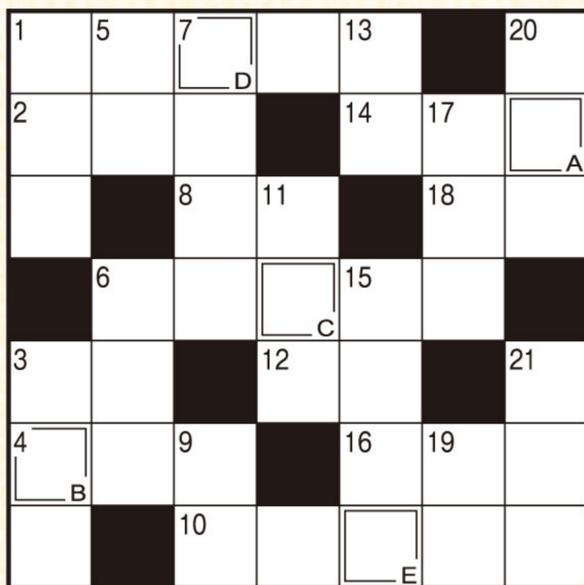
二重マスの文字をA〜Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

タテのカギ

ヨコのカギ

ヨコのカギ

- ①6月の第3——は父の日です
- ②収穫物を——・優・良に仕分けした
- ③梅干しの色付けにも使われる葉野菜
- ④止まらずに行ってしまいました
- ⑥近付くと雨が降りやすくなります
- ⑧草を刈るときに使います
- ⑩長崎の麺料理。ちゃんぽんと並ぶ名物です
- ⑫願い事を書いて奉納する板
- ⑭ナガス、マッコウ、ミンクといえば
- ⑯お手洗い、ご不浄などともいいます
- ⑱鬼が出るか——が出るか



- ①身を立って故郷へ——を飾った
- ③肩や腰が痛むときに貼ることも
- ⑤傷や病気が治ること
- ⑥「これが生命線で、これが運命線……」と見ていきます
- ⑦ろくる首やのっぺらぼうなど
- ⑨梅雨どきには差す機会が増えます
- ⑪漆で描いた文様に金粉などを付けて仕上げます
- ⑬釣った魚を入れます
- ⑮お酒よりもお菓子が好きな人
- ⑰本当にあったこと
- ⑲つるべで水をくみ上げます
- ⑳1階建ての建物のこと
- ㉑居酒屋や料理屋の入り口によく下げられています

抽選で5名様に

JA柳川農産物加工品詰め合わせ をプレゼント!!

二重ワクに入った文字を、A→Eの順に並べてできる言葉が答えです。ハガキに答えと住所、氏名、年齢、電話番号、を明記。JA、当広報誌などへのご意見や身近な出来事を書き添えて下記までお送り下さい。締切は平成29年6月6日消印有効。

〒832-0058 柳川市上宮永町425-1

JA柳川総合企画課「プレゼントクイズ」係



先月号の答え「マーガレット」

先月号の当選者 (応募総数1181通)

- ・田中 絹子さん 大和町
- ・乗富 悦子さん 間
- ・林 英司さん 愛媛県
- ・後藤田弥生さん 大阪府
- ・田中 哲哉さん 熊本県

編集後記



今年のG.Wはどう過ごされましたか？長期連休だったため、遠出された方も多かったみたいですね！あっと言う間の連休で、気持ちの切り替えに苦労しました(p_-)麦の色がだんだん小麦色になってきて、いよいよ刈取りのシーズンですね！今年も豊作でありますように★(N.U)

今年から新しく広報担当になりました！先輩と一緒に取材に赴き、たくさんの方とお会いすることができて、発見・勉強の毎日です。一生懸命頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします！(N.M)



うお座 (2/19~3/20)

【全体運】感情的になり、対人関係に悪影響を及ぼしがち。自身の心を振り返る、1人の時間を持つのが運気好転の鍵。
【健康運】良好。問題なく快適に過ごせる時期です。
【幸運の食べ物】インゲン



みずがめ座 (1/20~2/18)

【全体運】開放的な気持ちになり、何事にも前向きに取り組める期間です。親しい友人と遊びに出掛けるのも良い刺激に。
【健康運】オーバーワークになりがち。休息も必要。
【幸運の食べ物】アユ

ライダー×男子

農業×男子



今日はBEST! 明日はMORE BETTER!



on

JA柳川 青年部(昭代支部)
梅崎 浩平さん (41歳)



Profile

作っている作物 : オクラ・そら豆・米・麦・大豆
趣味 : マラソン・マジック・ツーリング
あなたにとって農業とは : 道
好きな野菜 : スイカ・じゃがいも

off



我が道 = バイク × 農業



on



今月の「輝く人」

三橋支所管内

橋本 栄子 さん (66)



孫のおひなさまをお祝いするため、知り合いに折り紙で作るつるし飾り(さげもん)を習ったのがきっかけで、紙工作をはじめました。

藤の飾りのほか、蓮の花の飾りなども作っています。道の駅などで気に入った作品を見かけたら、店員さんに声をかけてその場で作り方を習うのが制作スタイル。完成した作品は知り合いにあげたり、三橋支所や病院などに展示してもらったりしています。

プレゼントした相手の喜ぶ顔を見るたび、やりがいを感じます。これからも色々な方に喜んでもらえる作品を作り続けていきたいです。

職員紹介

よろしくお願いします

三橋支所 営農経済課 山田 潤

JAの職員になってまだ日が浅いので、分からないことばかりですが、職員の方々や組合員の方々の助けがあって非常に感謝しています。

将来は周囲の人から信頼され、仕事をきちんとこなせる職員になれるよう努力していきます。

好きな野菜 : キャベツ
趣味 : 野球、散歩
休日の過ごし方 : ドライブ、昼寝



JAファンづくり活動

JA柳川は『食と農』を基軸としたJA地域密着活動を通じて、地域農業と協同組合の理解を深める活動を展開します。



本所

4/18 (火)

花壇に夏野菜



本所職員は本所前の花壇に野菜苗を植えました。3月にじゃがいもを植え、今回3種類のトマトの苗と、2種類のオクラの苗を植えました。野菜作りの大変さを実感し、大切に育てていきます。