



あなたとJAを結ぶホットライン♪

# J A club



今月の表紙 9月下旬より、米の荷受けが始まりました。

2023  
**11**  
No.380

**特集**

**生産者の皆様へ**  
…2~3

**TOPICS & EVENT**  
…4~5

**営農通信**  
…6~7

**クロスワードパズル**  
…11



JA柳川  
「センドくん」

お知らせ ……8~9  
自宅でできる簡単ストレッチ…10  
おたよりコーナー ……11

農業×男子 ……12  
わが家の逸品メニュー ……12  
職員紹介 ……12

JA柳川ホームページ [JA柳川ホームページ](#)

JA柳川Instagram [JA柳川Instagram](#)






# 計算結果

単位：円（税込）

## ◇生産者手取り額

概算金差額 ⑥	販売経費 (税率 10%)	検査手数料 (税率 10%)	米最終精算金 ④+⑤+⑥-⑦	単価 (60kg/俵) ⑧	生産者 概算金 (60kg/俵) ⑨	手取り額 ⑧+⑨
299,700	290,820	27,619	785,106	1,415	10,860	12,275
49,950	48,470	4,995	130,458	1,410	11,026	12,436
15,805,980	14,991,116	1,442,531	36,587,638	1,279	11,160	12,439
11,766,669	11,749,390	1,124,956	20,315,991	906	9,660	10,566
8,100	7,860	810	13,762	917	10,126	11,043
431,460	418,676	39,694	736,498	922	9,300	10,222
241,920	234,752	22,356	797,335	1,780	10,560	12,340
4,819,500	4,676,700	443,391	7,997,955	896	9,660	10,556
77,490	75,194	7,161	128,563	896	9,300	10,196
6,867,129	5,487,066	478,246	16,639,941	1,589	11,880	13,469
40,367,898	37,980,044	3,591,759	84,133,247			



# 算結果

単位：円（税込）

検査手数料 別途控除 消費税率 10%	60kg/俵単価			
	概算金 イ	精算金 ロ	検査手数料 ハ	生産者 手取り額 イ+ロ-ハ
19,856	7,824	76	50	7,850
23,674				
71,320	11,388	76	50	11,414
513	7,932	76	54	7,954
115,363				

# 特集



JA柳川  
「 SENDOKUN 」

# 生産者の皆様へ

## 【販売概況】

令和3年産米は、全国的な需給緩和を背景に全国的に主食用米から加工用米や飼料用米等への転作が進み作付面積が減少したものの、北海道、東北地方の作柄が非常に良く、全国の作況指数は101となり生産量は前年産比▲22万トンの701万トンとなりました。販売環境については、主食用米の需要が毎年約10万トン減少していることや新型コロナウイルスの影響で業務用の販売が落ち込んだことなどから、販売価格は前年より大幅に下落して推移しました。福岡県産米については、作況指数が98となったことから集荷数量は前年より増加したものの、元年産、2年産の不作による供給不足や需給緩和による県外産米の流入により、県産米の売り場が減少したため販売に苦戦を強いられました。令和4年10月末で全量の販売が完了しました。

令和3年産米について精算金額が確定しましたので、共同計算の残高を精算し、10月12日に生産者口座に振込した共同計算結果についてお知らせいたします。10月19日振込となっております。但し、集落営農構成員については、10月19日振込となっております。



# 令和3年産出荷契約米共同

## ふくれん出荷契約米

## ◇ふくれん共同計算収支

## ◇JA収支

品種	出荷区分	等級	販売数量 (60kg/俵)	販売金額 ①	支払済概算金 ②	販売経費 (税率10%)	検査手数料 (税対象外)	精算金 ④=①-②-③	出荷確約 契約金他 ⑤
						③			
夢つくし	CE	2	555.0	7,978,048	6,327,000	925,034	26,405	699,609	104,236
	特別栽培米	2	92.5	1,345,029	1,069,855	154,172	4,401	116,601	17,372
元気つくし	CE	1	28,609.0	414,544,155	334,725,300	47,421,986	1,361,108	31,035,761	6,179,544
ヒノヒカリ	CE	2	22,422.5	285,611,619	228,852,300	38,079,033	1,066,778	17,613,508	3,810,160
	特別栽培米	1	15.0	197,961	159,990	25,474	714	11,783	2,549
	フレコン	2	799.0	9,884,712	7,862,160	1,356,902	38,013	627,637	135,771
夢一献	フレコン	2	448.0	6,086,658	4,976,618	276,203	21,314	812,523	0
実りつくし	CE	1	8,925.0	112,068,042	91,035,000	12,309,878	424,618	8,298,546	0
	フレコン	1	143.5	1,751,464	1,413,285	197,924	6,827	133,428	0
ヒヨクモチ	CE	2	10,471.5	166,945,518	130,056,030	20,653,168	498,196	15,738,124	0
合計			72,481.0	1,006,413,206	806,477,538	121,399,774	3,448,374	75,087,520	10,249,632



# 令和3年産加工用米最終精

施設	品種	等級	数量 (60kg/俵)	ふくれん 買取価格 ①	JAから 生産者への概算金 ②	JA販売手数料他 消費税率10% ③	加工用米 精算金 ④=①-②-③
南部地区	ヒノヒカリ	2	399.0	3,362,040	3,121,776	209,940	30,324
東部地区	ヒノヒカリ	2	476.5	4,014,090	3,728,136	249,740	36,214
	ヒヨクモチ	2	1,435.0	17,202,780	16,341,780	751,940	109,060
CE外	ヒノヒカリ	2	9.5	81,054	75,354	4,978	722
合計			2,320.0	24,659,964	23,267,046	1,216,598	176,320



## 9 30(土) 藤丸議員へ要請書提出



JA柳川、JAふくおか八女、JAみなみ筑後、及び福岡県農政連柳川支部、八女支部、南筑後農政連は衆議院議員藤丸敏氏に対し、畑作物の

直接支払い交付金及び農産物再生産可能価格形成に関する緊急要請書を手渡しました。

畑作物の直接支払交付金（ゲタ対策）の単価は、制度上、10畝当たりの生産費が直近3か年平均で算定されています。特に、令和5年産については、肥料や生産資材価格が大幅に上昇しており、今年度の肥料価格高騰対策事業による支援だけでは、生産費増大分が十分に補填されない状況。食料自給率向上の為、生産者が安心して農業生産に取り組み、必要最低限の農業所得を得る事ができるように強く要請しました。

## 10 4(水) 実エンドウ栽培講習会



実エンドウ栽培講習会を開き、生産者約20人が参加しました。南筑後普及指導センターの職員が、栽培のポイントとして連作を避け、排水の良い畑を選び、適期に播種することを呼びかけました。参加者は播種（はしゅ）が始まる前に、栽培管理について確認しました。

## 9 25(月) 廃プラスチック回収



東部地区カントリーエレベーターで農業用廃プラスチック回収を行い、管内の生産者より、ビニールやポリ、肥料袋など約26トンを持ち込まれました。回収した農業用廃プラスチックは今後、再生原料及び固形燃料として流通します。



## 9 26(火) なす部会総会



なす部会は令和4年度総会を開きました。令和5年度活動計画及び収支予算書（案）の承認についてなど全議案承認されました。また、昨年度の優秀者表彰がありました。



## 9 26(火) いちご苗定植

いちご部会では、苗の定植が始まりました。出荷は11月中旬頃を予定しており、生産者は徹底した管理に努めていきます。



## 9 25(月) ひし初出荷

ひしの出荷が始まりました。10月末まで出荷する予定。今年も生育は良く、品質・肥大ともに良好です。

また、ヒシについてテレビ取材があり、10月中旬にNHKで放送されました。





9 11(月) 年金友の会  
グラウンドゴルフ大会

年金友の会は4年ぶりに、グラウンドゴルフ大会を開きました。104人が参加。参加者は日頃の練習の成果を発揮していました。



9 11~13(水) 「たんぽぽ」で敬老祭

デイサービスセンター「たんぽぽ」は、利用者に楽しんでもらおうと敬老会を兼ねての敬老祭を開催しました。長寿表彰が行われ、今年喜寿・傘寿・米寿・卒寿を迎えられた6名の方に、山田英行組合長及びセンターより、表彰状が贈られました。



9 13(水) なす部会青年部  
清掃活動

なす部会青年部は、日頃利用している営農センター周辺や野菜集出荷場で木くずや空き缶拾い、除草作業などの清掃活動を行いました。地域へ貢献しようと定期的に行っています。



9 21(木) 女性部  
役員視察研修

女性部役員は、有明ひまわりセンターや農産物直売所「よらん野」などを視察し、知識を深めました。



9 22(金) 女性大学第2講

女性大学第2講では、ヨガ教室を開催しました。川口令子先生を講師に迎え、受講生はヨガを通して、自分磨きをしました。



9 22(金) 豪雨災害  
ボランティア

当JA職員は、7月に発生したJAにじ管内の豪雨による災害の復旧ボランティアに参加しました。



9 16(土) 稲刈り交流

グリーンコープ体験田の稲刈り交流がありました。JAは稲ができるまでを説明し、参加者は稲刈りを楽しみました。参加者から「田植えから稲刈りまで貴重な体験をさせていただきました」との声がありました。

「坂本政雄物語」のリーフレット



坂本政雄顕彰会の北島政己さんが、「坂本政雄物語」のリーフレットを発行されました。

リーフレットでは、水不足に苦しむ人々を救い、故郷の大地に豊かな実りをもたらした、大和水路を実現した坂本政雄氏について、わかりやすく説明されています。



## 適期播種と初期除草の徹底を！

### 麦



#### 1. 排水対策

麦は湿害に弱いため、圃場の排水性が収量・品質に大きく影響を及ぼします。

弾丸暗きよの実施と作溝で、湿害(排水)対策を徹底して下さい。

#### 2. 土づくり(地力増強)

収量・品質の安定のために、有機物の施用(稲わらすき込み・堆肥など)や土壌改良材(ケイ酸補給・PH矯正)を施用します。

#### 3. 種子消毒

黒穂病類、ヤギシロトビムシの被害を防ぐため、種子消毒の徹底を図ります。

#### 4. 播種時期および播種量

播種適期は、11月20日～30日で、播種量は、6～7kg/10aです。

大豆後では出芽および初期生育が早まるので、1週間程度の遅れは影響ありません。

#### 5. 施肥

品種、および水稻後、大豆後で施肥体系が違いますので、栽培こよみの施肥基準を参考にして下さい。

#### 6. 雑草対策

カズノコグサ、タデ対策として、播種直後のリベレーターフロアブル、リベレーターG(粒剤)等と1月下旬～2月上旬のハーモニーDF水和剤による体系処理を行い、中耕・土入れを組み合わせることで防除を行います。

播種前の雑草が多い場合は、ラウンドアップマックスロード200倍液(耕起前又は播種前まで)を100リットル、周囲の作物にかからないように散布して下さい。

(農産振興課)

# 11 宮農通信 農月の 作業



## 売れる大豆の収穫を！

### 大豆



#### 1. 収穫時期

コンバインによる収穫適期は、成熟期から7日程度で、子実水分16%以下(茎が手でポキッと折れる時期)です。

#### 2. 汚損粒等防止対策

汚損粒発生防止のため、雑草や青立ち株は収穫前に必ず抜き取って下さい。

また、収穫中に土を刈り込んだ時は、直ちにコンバインを止め各部の清掃を行い、土を取り除いて下さい。

降雨後の収穫は、水分が高く皮がやわらかいため、裂皮や割れの原因になります。

(農産振興課)

## な花出荷規格査定会

下記の通り、な花出荷規格査定会を開催します。



【日時】 11月16日(木) 13:30～

【場所】 宮農センター 2階大会議室



おうし座 (4/20～5/20)

【全体運】 対人運が活発化。もめることもありそうですが、向き合ってみると分かり合えることも。ポジティブに考えて。  
【健康運】 ちょっとしたけがに注意。ばんそうこうを携帯して。  
【幸運の食べ物】 ハクサイ

おひつじ座 (3/21～4/19)

【全体運】 秋の実りを楽しみましょう。思い出の料理を食べに行くのもお勧め。旧友との会話にも花が咲きそうです。  
【健康運】 冷えは大敵。体を温めて。厚手の靴下が吉。  
【幸運の食べ物】 ダイコン



# 普及情報

筑後農林事務所 南筑後普及指導センター

## 小麦の管理作業

令和5年産小麦は、5月上旬の大雨と強風により、一部のほ場でなぎき・倒伏が見られました。収量は昨年よりはやや少ないものの、平年よりは多くなりました。品質は、一部で倒伏や収穫期間の降雨による品質の低下が見られましたが、概ね良好となりました。

令和6年産小麦も収量、品質向上に向けて次の点に留意しましょう。

### 1 土壌改良資材施用

小麦は酸性に弱く、土壌pHが低いと生育及び収量が低下します。ここ数年、土壌改良資材の施用が少ないほ場も見られるため、作付前に土壌pHを調べ、土壌pHが低い場合は土壌改良資材を施用し、土壌pHを適正範囲(6.0～6.5)になるよう矯正します。



小麦ほ場に発生した土壌酸性障害

### 2 播種

pHを0.5上げるのに必要な石灰質資材施用量の目安

炭酸苦土石灰	100～120kg/10a
消石灰	80～100kg/10a
ケイカル	110～130kg/10a
ミネラルG	130～150kg/10a

※土壌診断結果に基づき、適正な量を施用する。

小麦の播種適期は、11月20日～30日となっています。シロトビムシ多発生田では、播種適期内に、なるべく早い時期に播種します。

播種適期より早く播種すると、生育量が過剰になり、倒伏や凍霜害に遭遇する恐れがあります。また、枯れ熟れ障害が発生しやすくなります。前年に枯れ熟れが発生したほ場では、播種適期の範囲内で、なるべく遅い時期に播種します。

播種適期より遅く播種すると、生育量が不足し、収量低下や、成熟期遅延が発生する恐れがあります。

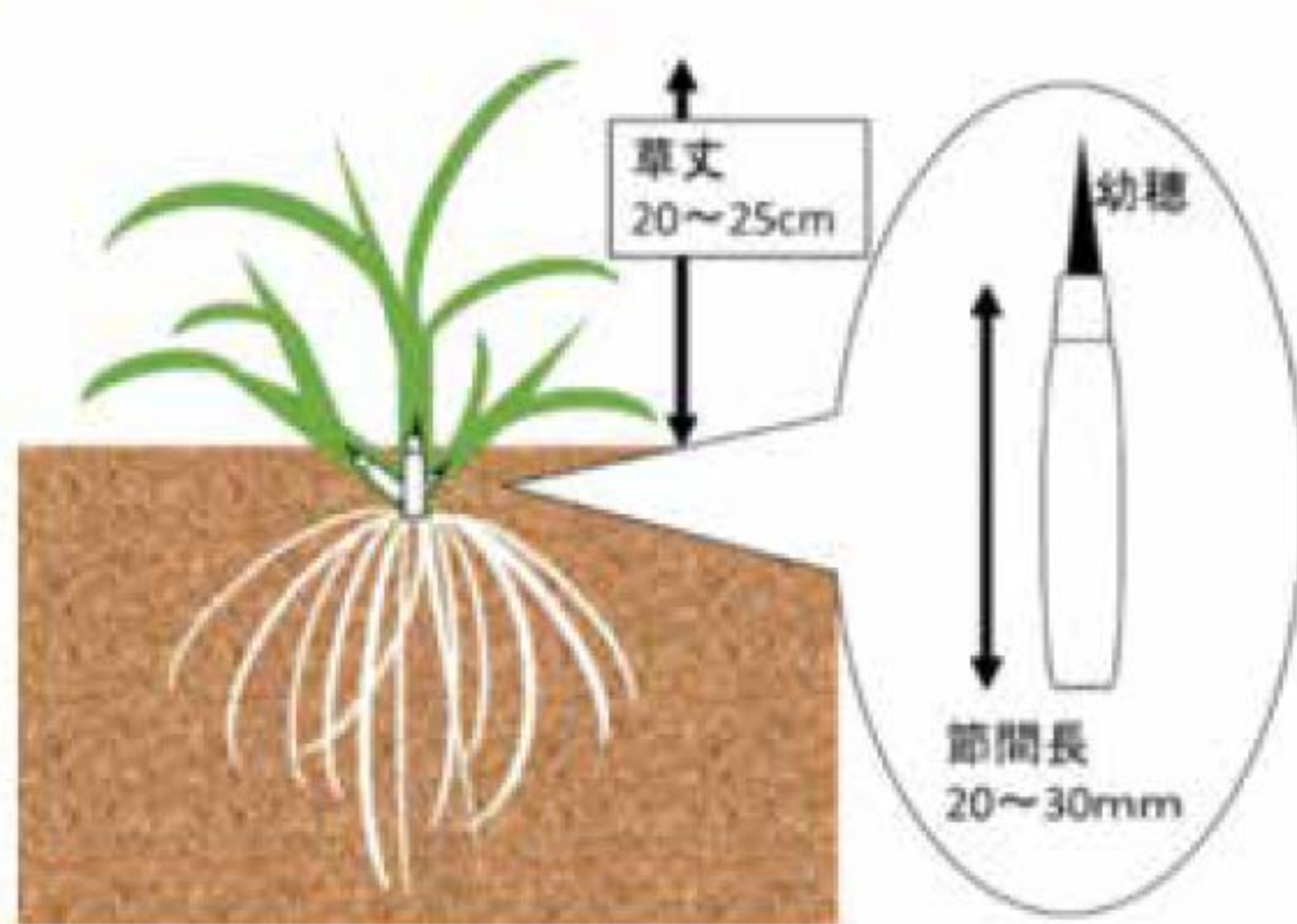
播種量は、10アールあたり6～7キログラムを基本とします。大豆後作の場合は、生育が旺盛になり倒伏しやすくなるため、基準より播種量を減らします。また、適期より遅れて播種する場合は、生育量確保のため基準より播種量を多くします。

### 3 麦踏み・土入れ

#### ○麦踏み

麦踏みには、小麦の分けつ促進や耐寒性の強化、倒伏防止等の効果があります。小麦3葉期から2月下旬頃の節間伸長開始期までに3～4回程度実施します(生育に応じて麦踏みの晩限は前後します)。特に、早播きしたほ場では、倒伏や凍霜害が発生しやすいため、麦踏みを徹底します。

作業に際して、ほ場が湿っていると、土壌を締めつけ、生育を抑制することがあります。土壌が十分乾燥した状態で行います。



麦踏み晩限の目安  
草丈20～25cm程度

#### ○土入れ

土入れは、倒伏防止や雑草の抑制、排水対策等の効果があります。1月中旬頃から3月上旬にかけて2～3回程度実施します。

土塊が大きくならないように、麦踏みと同様に土壌が乾燥した状態で行います。

なお、土入れは小麦の生育状態に応じて土の量を増やし、麦踏み前に実施します。麦踏み直後は避け、小麦が土に埋まらないようにします。

土入れ後は、うね溝に水が溜まらないように、排水溝は枕地をとおして落水口につなぐよう整備します。



土壌が乾燥した状態で土入れを実施



うね溝に滞水しないよう枕地をとおして落水口につなぐ

### お問い合わせ先

◆JA柳川営農センター

0944・76・5155

◆南筑後普及指導センター

0944・62・4191

ふたご座 (5/21～6/21)

【全体運】 ストレスを感じやすいとき。オーバーワークにならないよう予定を見直して。レジャー運は良好。お出掛けを。【健康運】 腸内環境を整えて。発酵食品にツキ。【幸運の食べ物】 ゴボウ



かに座 (6/22～7/22)

【全体運】 気になっていたことがいい方向へと動く好調運。問題は1人で抱え込まず相談を。力になってくれる人がいます。【健康運】 コンディションが良好。スポーツを楽しんで。【幸運の食べ物】 ホウレンソウ



◆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。



# 今月のお知らせ

## JA農機ハウスローン 近代化資金

トラクター・コンバイン購入  
ハウス・農舎建設等をお考えの組合員様に

**令和5年度限定  
保証料を全額助成!**

当初3年間

### JA農機ハウスローン

100万円以上のお借り入れで最大1.0%の利子補給

**金利0.70%**

3年目以降も1.70%と低金利

全期間

### 農業近代化資金

柳川市より認定を受けている農業者の方

**金利0%**

保証料助成・利子補給については諸条件がありますので、  
お近くのJA柳川各支所へお問い合わせ下さい。  
(上記、金利については令和5年10月11日現在)

## 収入保険緊急対策事業

福岡県では、令和5年梅雨前線豪雨により被災された農業者の経営安定を図るため、収入保険に加入する際の保険料(積立及び手数料を除く)の2分の1を補助します。

### ■対象者

個人：令和6年1月1日から保険期間が開始する者

法人：令和5年7月7日から令和6年7月6日までに保険期間が開始する者

※新規加入、継続加入のどちらも対象となります。

※令和6年4月1日以降については、令和6年度予算の成立を前提としています。

### ■要件

市町村長が交付する被災証明書(農業被害)が必要となります。

### ■お問合せ

福岡県 団体指導課 農業共済係

TEL:092-643-3483

福岡県農業共済組合 筑後支所

TEL:0942-53-0361



## 農地の貸し借りの仕組みが 令和7年4月\*から変わります

\*市町村において、「地域計画」が公表された地域では、その時点から

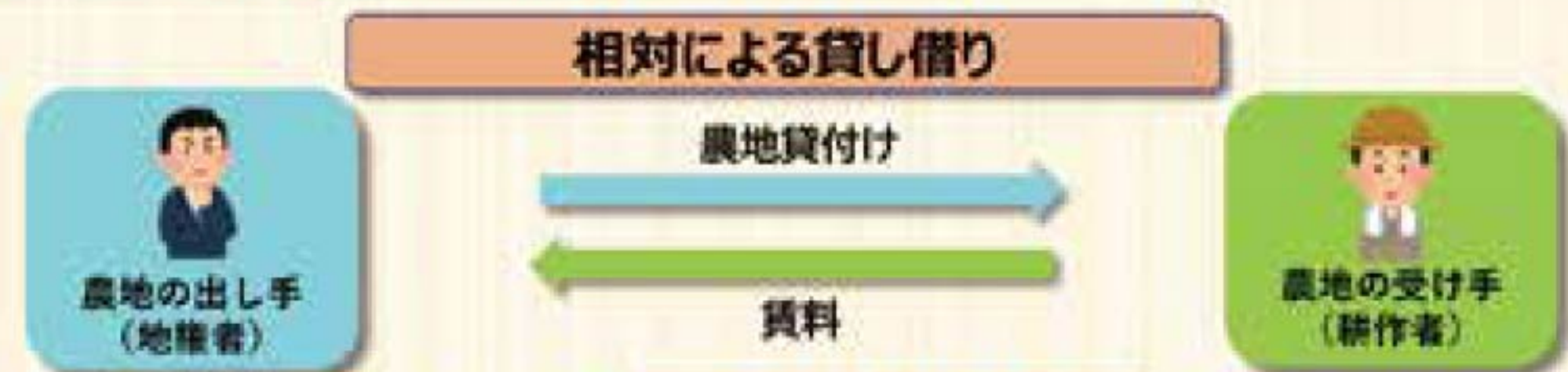


### 変更のポイント

- 市町村で行われてきた、出し手(地権者)と受け手(耕作者)の「相対」による農地の貸し借りの手続きは「令和7年3月末(柳川市の最終受付は令和6年8月末まで)」をもって廃止されます。
- 令和7年3月末(柳川市の最終受付は令和6年8月末)までに「相対」で結ばれた契約は、その契約の期間満了までは有効です。
- 今後地域の話し合いを行い、農地1筆ごとに「将来」利用する耕作者を示した「目標地図」を含む「地域計画」が作成されます。

### 今の仕組み(令和7年3月末まで)

柳川市の最終受付は令和6年8月末まで



**変わります**

### 新しい仕組み(令和7年4月から)

#### 農地中間管理機構による貸し借り

<「地域計画」、「目標地図」に基づいて>



※ 福岡県農業振興推進機構は県知事が指定した福岡県の農地中間管理機構です。

公益財団法人 福岡県農業振興推進機構(農地中間管理機構) 問合せ: 092-716-8355

問合せ

柳川市産業経済部農政課農政係

問合せ: 0944-77-8732

## JA柳川農産物直売所「ふれ愛の里」 閉店のお知らせ

日頃よりご愛顧ありがとうございました。

突然ではございますが、JA柳川農産物直売所「ふれ愛の里」は令和5年10月31日(火)の営業を以て閉店することとなりました。

これまでの皆様からのご支援心より感謝申し上げますとともに、突然の閉店によりご迷惑をお掛けしますこととお詫び申し上げます。

弊店に足を運んでくださった皆様、本当にありがとうございました。



## JA柳川ガスセンター 秋のガス器具展示会

場所 JA柳川寄覧館前 日程 11月25日(土) 26日(日)

時間 9:00~16:00 の2日間

### おとめ座(8/23~9/22)

【全体運】コミュニケーション運が活発化。好情報を入手できます。ただ、後半は眉唾な話も。うわさには気を付けて。【健康運】良い健康法が見つかりそう。友達のまねも◎。【幸運の食べ物】根ミツバ

### しし座(7/23~8/22)

【全体運】大丈夫と思っていたことにストップがかかりそう。いち早く兆候を見つけれられるようよく観察を。方向転換は吉。【健康運】無理や我慢は禁物。不調を感じる前に休んで。【幸運の食べ物】ネギ



11月行事予定

JA柳川女性部

全体 11月14日㊦ 輪投げ大会、家の光協会体操教室  
 ◎場所 柳川市民会館 サブアリーナ  
 ◎時間 午前10時

JA柳川助けあい組織「たんぼぼのつどい」

11月8日㊦ ミニデイ 輪投げ・手芸  
 ◎場所 JA柳川 三橋支所  
 ◎時間 午前10時

JA柳川女性部「女性大学」

第4講 11月22日㊦ 寄せ植え教室  
 閉講式



お問い合わせは、各支所の営農経済課または、営農部営農企画課女性部担当まで。



年金友の会 11月行事予定

蒲池	11月19日(日)	合同年金 無料相談会	蒲池支所 開催
昭代			



お葬式の事前相談会～ご案内～  
 事前相談のメリット

「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」

家族葬についてもご相談下さい。

安心と信頼で御奉仕する JA柳川 葬祭センター



おきひでホール

0120-72-4744

◆ 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)☆

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。

令和5年9月 施行件数21件

三橋ホール	柳川ホール
11件	10件

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  
 山田 英行

JA柳川ホームページ葬祭センター  
 ～紹介動画 公開中!!～



監事会だより

■第6回監事会 令和5年9月19日(火)

◆協議事項

- (1) 令和5年度期中監事監査について
  - ① 監査日程について
  - ② 監査対象部署について
  - ③ 監査手続きの内容(監事監査実施項目)について

◆報告事項

- (1) 期中棚卸実施要領(令和5年度9月末)について



理事会だより

■第6回定例 令和5年9月25日(月)

◆付議事項

- 第1号議案 有期契約職員就業規則の一部改正について
- 第2号議案 福岡県信用農業協同組合連合会への出資(後配出資)について
- 第3号議案 「業務規程(園芸農業リース事業規程)」の一部改正について
- 第4号議案 令和3年産米の最終精算額の決定について(案)

◆報告事項

- (1) 貸付金金利改定報告について
- (2) 回収実績報告について
- (3) 令和5年度葬祭事業施設別月次利用実績について
- (4) 令和5年度介護保険等事業実績について
- (5) 労働環境チェックリストについて
- (6) 令和5年度 第3四半期の余裕金運用計画について
- (7) 令和5年度加工品販売実績について
- (8) 令和5年度直売所販売実績について
- (9) 筑後南部地域4JA農機展示実演試乗会について
- (10) 農作業駐車時「注意喚起」資料について
- (11) 「おせち料理」取扱について
- (12) 組合員大学専門講座第3講について
- (13) 第2回JA柳川高校生レシピコンテストについて

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 ●血垣開支所/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】リーダーシップを発揮して、少しせっかちになりがちなとき。周りの話を聞き歩調を合わせればスムーズに進みます。  
 【健康運】歯科検診へ。口内炎や歯痛は早めにケアを。  
 【幸運の食べ物】ナス

てんびん座 (9/23～10/23)

【全体運】人気運が良好。あなたの周りに自然と人が集まってくる。食事の時間に愚痴は控えて。楽しく食べて円満に。  
 【健康運】喉の痛みを甘く見ないで。しっかりケアを。  
 【幸運の食べ物】カリフラワー





自宅でできる！

山田英行組合長 推奨！

# 簡単ストレッチ



関節の可動域を広げましょう！  
今日から農作業の間に、ストレッチを始めてみませんか。  
毎日続けてイキイキと！



## 長時間同じ姿勢で固まった関節をほぐす！

円を描くように脚を回し、仙腸関節をほぐします。  
片脚（内回し・外回し）各10回



## 肩こり予防に！

床で円を描くように、肩甲骨をほぐすように腕を回します。  
（なるべく床から手が離れないように。）左右、各10回

腸の働きが活発になり、  
代謝が良くなりました。



## 長時間歩けるように！

背骨を意識して、脚を抱えこみ伸ばし、ゆっくり降ろします。



## 呼吸が大事です。

深呼吸するように呼吸を意識して、無理のないようゆっくり行ってください。

トラクターなど長時間同じ姿勢を続ける時は、1時間に1回の休憩（ストレッチ）をお勧めします！



## 山田組合長の体験談

手のしびれ、長時間歩けないなど悩みがあり、ストレッチを始めました。身体が思うように動くようになり、ストレッチの効果に驚いています。ずっと元気であるための私の日課です！



やぎ座 (12/22~1/19)

【全体運】友人や知人とおしゃべりを楽しめます。好奇心を発揮すれば面白いことに出会えるはず。お試しプランにツキ。  
【健康運】肩凝り予防のストレッチを。運動にツキ。  
【幸運の食べ物】ユリ根



いて座 (11/23~12/21)

【全体運】よく分からないことで意見を言うのは控えて。いつの間にか悪者にされる恐れが。運勢は下旬から上昇します。  
【健康運】食生活の乱れが肌に出がち。バランス良く食べて。  
【幸運の食べ物】シュンギク





**ひまわり園**  
柳川市橋本町で9月9日、第25回柳川ひまわり園の開園式が行われました。5銘に、50万本のひまわりが咲き誇りました。



わが家ではミニトマト、キュウリ、茄子。手伝っている実家の畑では、じゃが芋、玉葱、里芋…退職後は“農業女子”に転身?! 収穫の喜びもちろん、おすそ分けを喜んでいただくのも嬉しいものデス!  
柳川市 A.Kさん

すごしやすい気温になり、のんびりさんぽが楽しめるようになり、今年こそはやせるぞーと運動はじめました。  
福島県 Y.Yさん

**江上神社風流**



「おにぎえ」に向けて、風流(ドンキャンキャン)を一生懸命稽古しました。来年も頑張ります。興味がある方は、ぜひ一度ご連絡ください!

【練習日】火・水・金・土  
【時間】19:00~  
【問い合わせ先】江上風流保存会  
会長 堤一則 090-2586-0311  
横山 隆美 090-9078-4835



一部抜粋してご紹介いたしました。たくさんのおたより、ありがとうございます。ご意見や身近な出来事などをお書き添えの上、ご応募ください。HPからもご応募いただけます。

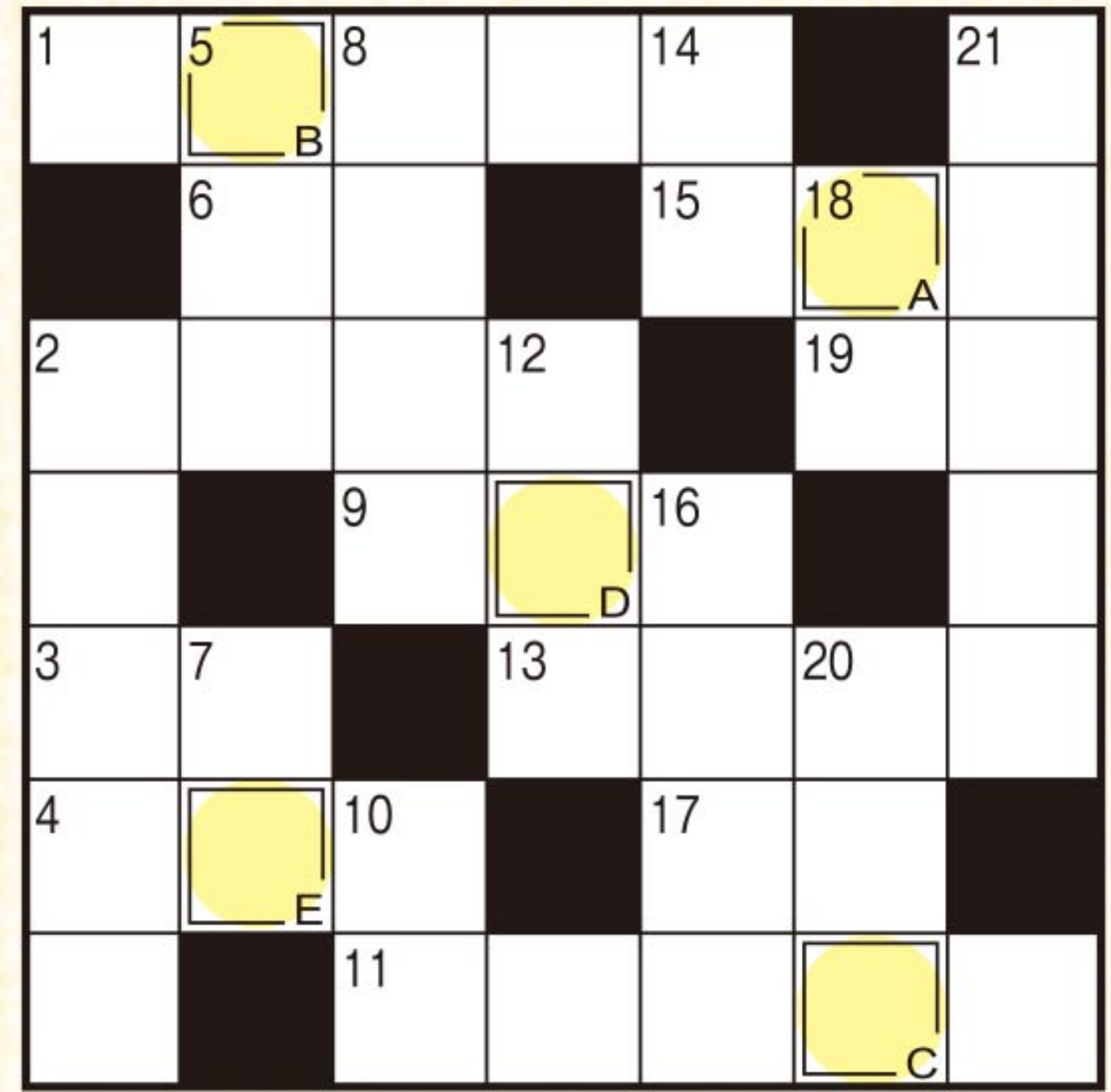
りんごの苗木を植えて3年目で実り、物づくりの楽しさを更に深めました! 来年には少し増して苗木を植えようと思います。  
北海道 T.Kさん

**クロスワードパズル**

二重マスの文字をA~E順に並べてできる言葉は何でしょうか?

**ヨコのカギ**

- ① 甘柿の王様と呼ばれることもあります
- ② 屋内のこと。——派
- ③ ボンレス——、——サンド
- ④ 漢字では石榴、柘榴などと書く果物
- ⑥ たき火に手をかざして取ります
- ⑨ 飲んで食べて話して楽しめます
- ⑪ 山野で生まれ育ったヤマノイモ
- ⑬ 奇術師が披露するもの
- ⑮ ベンチよりふかふかしています
- ⑰ 富士山の山頂を白くします
- ⑲ 漬物やワインを詰めます



- タテのカギ**
- ② 日光の紅葉の名所。48個のカブプがあります
  - ⑤ ——大敵、運転中は気を引き締めて
  - ⑦ 白——に身を包んだ花嫁さん
  - ⑧ ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
  - ⑩ ハウスを使わず作物を育てる——栽培
  - ⑫ 考えるときにひねるもの
  - ⑭ 応用に移る前にしっかりと
  - ⑯ 1カ月の後ろ3分の1
  - ⑰ ペンのはキャップと呼ぶこともあります
  - ⑱ 東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
  - ⑳ 2人でおそろいの服を着ます



**抽選で10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。締切は令和5年11月15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「カラスウリ」**

- 先月号の当選者 (応募総数1,326通)
- ・石橋 明美さん 柳川市
  - ・大淵 勝利さん 柳川市
  - ・松藤 保さん 柳川市
  - ・古賀 ナカさん 柳川市
  - ・佐々木 寛さん 宮城県
  - ・森田ひとみさん 埼玉県
  - ・江田 和成さん 石川県
  - ・松林 福さん 愛知県
  - ・前田 明夫さん 兵庫県
  - ・山口 飛鳥さん 福岡県



少しずつ風が冷たくなり、日に日に秋が深まる季節となりました。インスタグラムでは、管内の農業やJAの取り組み等に関する情報を中心に、「食」「農」に関する情報を発信しています! 季節を感じる投稿もしていますので、ぜひチェックしてみてください! (F.M)



**うお座 (2/19~3/20)**  
【全体運】 努力の結果が出てやりがいを感じられそう。1人では難しいことも仲間と協力して大成功。宴席や旅行も幸運の兆し。  
【健康運】 シェイプアップや筋力トレーニングにツキ。  
【幸運の食べ物】 ジャガイモ



**みずがめ座 (1/20~2/18)**  
【全体運】 周囲からの注目度がアップ。良いことも悪いことも目立つので自分を律して。人に配慮すると状況は好転へ。  
【健康運】 関節痛や貧血の予防に力を入れて。お茶が吉。  
【幸運の食べ物】 リンゴ





成長系×男子



成せば成る

農業×男子

私にとっての農業とは...

「先見の明」  
昨年(2023)農業を始め、大変多くの人に  
お世話になりました。中でも一から指導  
くださった方には大変感謝。いつか  
お返しもできると願っています。



JA柳川なす部会 柳川支部  
椋島 直樹さん (42歳)



Profile

- 趣味特技 : 釣り
- 農業を始めたきっかけ : 脱サラ
- 好きな野菜 : 人参、玉ネギ、枝豆
- 最近ハマっているもの : ナス栽培



農業 = 感謝 × 行動

わが家の逸品メニュー

ふわふわドーナツ

女性部 柳川支部 松本 ハルエさん

【材料(8個分)】

- A・強力粉 140g
- A・薄力粉 60g
- A・ドライイースト 3g ※2
- B・卵 1/2個 ※1
- B・牛乳 100ml ※1 ※2
- A・塩 3g
- A・砂糖 20g
- C・バター 20g ※1

【作り方】

- ※1 冷たいままだと発酵に影響を与えるので作成1時間前には室温に出し常温にする。
- ※2 イースト菌は60℃以上になると死滅するので、牛乳などは35℃前後に温めます。

【生地の作り方】

- ①AB すべての材料をボウル(おすすめ21~24cm)に入れる。
- ②水分がなくなるまでゴムベラで混ぜ、ひとまとまりになったら作業台の上に移す。
- ③(打ち粉は無し)生地を作業台の上で、こすりつけて集めるを繰り返す。

**ポイント!** 生地をちぎらないように気を付け伸ばす

- ④生地を広げて中央にバターを置き、四方の生地で包みます
- ⑤作業台の上で練るようにして混ぜ、はり・つや・弾力が出るまでこねる。

☑チェックポイント【こね具合】

- ◎生地を指先でゆっくり伸ばし、切れずに薄く広がり、指先が見えるほど透けて見えたOK
- ×途中で切れてしまったら、こねが足りないため、もう一度こねる作業に戻りましょう



【1次発酵】

- ⑥生地に直接温度計刺し24℃~30℃になっていたら乾燥を防ぐためボウルにラップをして室温25~35℃、湿度70~75%の環境に置いておきます。

☑チェックポイント【発酵】

- ・ボウルの中の生地が2~2.5倍になっていたら一次発酵の終了の目安です
- ・強力粉を指先に付けて、生地に指を差し込んだ穴がそのまま、小さくなる状態であればOK
- ・穴がすぐ戻ってしまったら発酵不足、穴の周囲にシワや気泡があったら過発酵となります。

- ⑦生地を取り出しスケッパーで8等分する
- ⑧きれいに丸めてパンマットに包みベンチタイム20分
- ⑨丸め直して真ん中に穴を開けて人差し指に通し、くるくる回して穴を指4本入るくらいの大きさまで広げる

【2次発酵】

- ⑩小さく切ったクッキングシートの上に1つずつ生地を置く
- ⑪⑥を天板に並べて、35度のオーブンで30分ほど霧吹きなどはせずに、表面を乾燥させながら2次発酵をさせる。

【揚げる作業】

- ⑫160~170度の揚げ油で⑥を揚げる。クッキングシートごと入れて、クッキングシートが離れたら外し、片面ずつ「きつね色」になるまで揚げる。
- ⑬油をきり、粗熱が取れるまで待つ。
- ⑭ビニール袋に、粉砂糖・砂糖とドーナツを入れて、軽く振りながら全体にまぶす。



大和支所 金融課  
藤丸 貴広

大和支所には私を含めて2名の年金相談員がおり、年金のご相談や手続き等を受付けています。年2回無料相談会も実施していますので、お気軽にご相談下さい。

職員紹介 (年金相談員)

お気軽にご相談ください。



さまざまなご質問にお応えします。



大和支所  
柳川市大和町鷹ノ尾 148  
TEL 0944-76-3009

