

あなたとJAを結ぶホットライン♪

J A club



今月の表紙

高校生レシピコンテスト本選と表彰式を行いました。(P2-3)



組合員大学専門講座修了式を行いました。(P4)

2026
3
No.408

第4回 **特集**
**高校生
レシピコンテスト**
...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
「 SENDOKUN 」

お知らせ.....8~9
女性部だより10
野菜もの知り百科.....10
おたよりコーナー11

農業×男子12
健康食材活用レシピ集 ...12
職員紹介12

JA柳川ホームページ : JA柳川Instagram



JA柳川「センドくん」



▲12月に行った書類審査

当JAは柳川総合保健福祉センター「水の郷」で1月31日、柳川市にある杉森高校、柳川高校、伝習館高校に通学する生徒を対象にした「高校生レシピコンテスト」の本選と表彰式を行いました。食育、地産地消の観点から、JA柳川農産物を広くPRし、コンテストを通じて地域とのつながりを強化しようと4回目。令和の米騒動で農産物価格や国消国産への関心が高まる中、地域農産物の魅力や大切さを伝えることも目的です。

柳川の農産物を使い、料理レシピ部門、SNS映え部門に合計269点の応募があり、12月に書類審査を行いました。SNS映え部門は書類審査のみ。

料理レシピ部門6人が本選へ出場し、制限時間の中で、調理しました。櫻美学園高等学校の三堂徳孝学校長をはじめ、各高校の先生が審査員を務め、対象品目を引き立てているか、出来栄や味など10項目を審査しました。

表彰式では、本選出場者が自らの作品をアピール。その後、グランプリ、準グランプリ、特別賞が発表され、本選出場者とSNS映え部門の入賞者に賞状と副賞を贈りました。

グランプリに、杉森高校2年の田島蝶さんの「レタス巻き」が選ばれ、「レタスがしっかりアピールされ、楽しい作品」と評価されました。

三堂学校長は「どの作品も書類審査時よりバージョンアップし、より完成度が高くなっている。目の前にあるチャンスは、自分の将来に役立つ。今回みたいにとりまいてほしい」と講評しました。



入賞作品のレシピは
Instagramで順次公開予定！
ぜひチェックしてください。



今年度、「JA柳川組合員大学」にてJA高知県への視察研修を行ったご縁から、JA高知県女性部れいほく地区目的別グループ「牛のうどん屋さん」によるご協力のもと、入賞作品が提供されました。今後も柳川市のまつりでの試食配布や、Instagramを活用した消費者への情報発信を継続していきます。さらに、将来的には商品開発も視野に入れ、全国へ柳川の農産物をPRしていく予定です。



料理レシピ部門



グランプリ



杉森高校2年
田島 蝶

レタス巻き



準 グランプリ



杉森高校2年
筈島 漣

柳川まりトツォ
あまおうティラミスクリーム



特別賞



伝習館高校1年 鐘ヶ江 花音
博多なすとトマトのピザ風パイシート焼き



伝習館高校1年 古賀 渚
トマトのチーズ焼き



伝習館高校1年 永島 京佳
なすとミンチの炒め〜カレー風味〜



伝習館高校1年 荒木 邑羽
いちごの紅茶シフォン



SNS映え部門

グランプリ



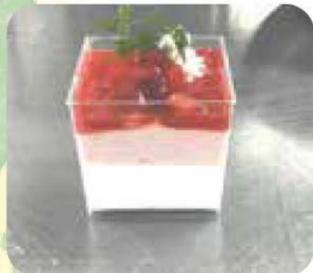
杉森高校3年 草場 柚亜
いちごモンスター



杉森高校3年 古賀 蒼空
トマレアチーズ



杉森高校3年 中嶋 彩乃
柳川のふわ〜りお花畑



杉森高校3年 永田 優芽
いちごの三層ムース



杉森高校3年 待鳥 莉央
花咲くフーケサラダ



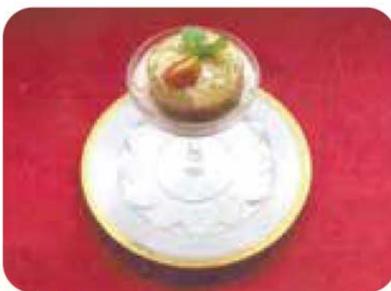
杉森高校3年 中島 鈴真莉
リボンの博多あまおう
モンブランタルト



杉森高校2年 高松 凧紗
なすのミルフィーユパイ



杉森高校2年 稲員 琥珀
99%のレモンと
1%のいちご
スランマンジェ



杉森高校2年 水本 葵
夏野菜ジュレ



伝習館高校1年 越智 海翔
とろ〜り博多なすのトマトパスタ

2 6 (金) アスパラガス目合わせ会



アスパラガス部会は、全体会議を開きました。今シーズンの生産状況の共有や南筑後普及指導センターが温度管理や病害虫防除など今後の栽培管理について説明。その後、出荷規格の統一徹底のため、目合わせ会を行いました。

目合わせ会では、実際のアスパラガスを手に取りながら、茎の曲がりや穂先の開き具合などを確認しました。生育は順調で、2月下旬より春芽のピークに入る見込みです。

1/14 (水) から出荷が始まっています。

1 15 (木) 組合員大学(専門講座) 第5講ならびに修了式



当JAは、組合員大学(専門講座)第5講ならびに修了式を開きました。3期生にあたる受講生14人が修了し、今後は地域のリーダーとして活躍が期待されます。

講義では、「JA柳川組合員大学グループワーク」をテーマに、一般社団法人日本協同組合連携機構基礎研究部の阿高あや主任研究員が講師を務めました。グループごとに分かれ、「よりよいJA柳川に向けて」、課題解決に向けてできることや今後の展望、将来像などについて意見交換しました。各グループは、「主体性や自主性」「援農や学校」「発信や交流」など、意見として挙がったキーワードをまとめて発表し、役員へ提案しました。

修了式では、山田英行組合長が修了者ひとりひとりに修了証を手渡しました。



1 13 (水) 「博多蕾菜」の出荷規格査定会



当JAは「博多蕾菜」の出荷規格査定会を開き、出荷規格について意識統一を図りました。

JA担当者が集荷計画や品位基準、選別規格など出荷規格について説明しました。生産者が実際に「博多蕾菜」の株を解体し、目合わせ会を行いました。JA全農ふくれん、南筑後普及指導センターも一緒に、調整方法やパック詰め

など、出荷規格表をもとに確認しました。

1/15 (木) から出荷が始まっています。

2 5 (木) 実エンドウ現地指導会



昭代地区で、実エンドウ現地指導会を開きました。指導会は毎年行っており、品質管理の徹底に努めています。

南筑後普及指導センターとJAの担当者は、今後の管理のポイントとして、適期の整枝や追肥管理、病害虫の初期防除の徹底を強調しました。生産者は実際に生育状況などを確認しながら情報交換し、意識向上を図りました。今後は規格査定会を行い、出荷は5月上旬頃の予定です。



1 16 (金) フードドライブ

女性部と青年部は合同で、フードドライブを開きました。合同開催は3年目です。寄せられる寄付品は年々増加しており、今年も多く食品や日用品が集まりました。

「もったいないをありがとうに変えよう」を合言葉に、営農センターをはじめ、6支所で行い、多数の寄付品が寄せられました。当JAは、食品ロス削減やSDGs（持続可能な開発目標）に取り組んでいます。

集まったナスや白菜などの農産物、ティッシュペーパーなどの日用品、また多数の食料品は、社会福祉法人柳川市社会福祉協議会を通じて、地域の福祉施設や子ども食堂や食べ物や日用品を必要としている人に寄贈します。

1 23 (金) 冬季料理教室



女性部は冬季料理教室を開き、いちご大福と梅ヶ枝餅作りに挑戦しました。いちごは地元・柳川産を使用し、参加者同士で協力しながら生地をこねたり包んだり、和気あいあいとした雰囲気の中で調理しました。出来上がった料理を試食し、笑顔が広がりました。

1 22 (木) スイートコーン栽培講習会



当JAは栽培管理について確認しようとスイートコーン栽培講習会を開きました。

講習会では、南筑後普及指導センターが、ほ場の準備や播種、播種後の管理、病害虫防除などを説明し、適期播種やトンネル換気の徹底、乾燥防止などを呼びかけました。また、農薬散布の安全性を高めるため、散布前の確認作業を徹底することを改めて確認しました。



2 2 (月) ミニデイサービス

助けあい組織たんぽぽのつどいは、ミニデイサービスを営農センターにて開催しました。約50名が参加し、午前には映画「お終活 熟春！人生、」百年時代の過ごし方」を鑑賞し人生や家族について考える内容に参加者は真剣な表情でした。

午後からは3B体操で講師に沖智子先生を招き、体を動かし心身のリフレッシュの時間となりました。参加者同士の交流と健康づくりにつながる、充実した一日となりました。

1 23 (金) なす部会青年部 清掃活動



なす部会青年部では、毎月清掃活動を行っています。1月は各支所に分かれて、清掃に取り組みました。今後も美化のため、継続して活動していきます。

実 エ ン ド ウ



1. 追肥・土寄せ

2月下旬ごろに10aあたりNK2号を15kg(12月に追肥をしていない場合は、30kg施肥)、畦の肩に施用し同時に土寄せを行う。株元に土寄せを多くすると、春先に病害の発生につながるの、株元は出来るだけ通風をよくする。春先に草勢が弱い(葉色が薄くなる)場合は、10~15kgの追肥を行う。

2. 整枝・誘引

ネット又はテープで誘引する。小さい側芽は早めにかきとる。つるが伸び始めたら垂れないように20cm~30cmおきにテープやひもを張り誘引する。

3. 病虫害防除

春先からのハモグリバエの発生密度を抑えるため、発生初期(3月)の被害葉、下葉の除去は効果が高い。除去した葉は袋に入れて他の場所で処分する。
※初期防除を徹底する。

- ◇プレオフロアブル1,000倍
- ◇スピノエース顆粒水和剤 5,000倍

近年、4・5月の褐斑病の発生が増えている。雨により多発するため、定期的に整枝による通風と排水をよくする。

- ◇3月に1回・4月に1回トップジンM水和剤 2,000倍
(予防のポイントは雨が降る前々日に散布すること)

※雪害・凍害事後対策

1. 予防散布

被害部から病害が発生する恐れがあるため、殺菌剤を予防散布する。

- ◇コサイド3000(2000倍)
- ◇ロブラール水和剤(1000倍)収穫前日まで(3回まで)

2. 葉面散布

メリット青を300~400倍で3~5日おきに、葉面散布する。(園芸振興課)



3 営農通信 月の農作業

乾燥したほ場には灌水を

ス イ ー ト コ ー ン



3月に入り気温が上昇してきますので、本葉3枚ごろから換気を行い、トンネル内の温度は35℃以上にはせず、徒長するのを防ぎましょう。少し低めの昼温管理をしたほうが、高品質に結び付きます。

本葉8枚以降から水分を切らさないように、乾燥したほ場は灌水を行います。高温、水分不足になると生育遅れ、ボリューム不足等の原因になるので十分注意して管理しましょう。(園芸振興課)

なす作業員募集



人員:若干名
時期:11月上旬~7月上旬の間雇用
(土・日・祝日出勤可能な方)

作業内容:なすの選果業務
時間:午前9時~作業終了まで

※面接を行いますので、下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

連絡先:JA営農センター
園芸振興課(藤丸・重松・宮崎)
TEL 76-5155



おうし座 (4/20~5/20)

【全体運】周りの好意に甘えてしまって◎。持ちつ持たれつです。あなたも力を貸してあげましょう。旅行や花見の計画が吉。
【健康運】有酸素運動を増やして。体調に好影響あり。
【幸運の食べ物】ニラ



おひつじ座 (3/21~4/19)

【全体運】運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう。
【健康運】冷え、むくみ対策を。足のストレッチがお勧め。
【幸運の食べ物】キュウリ

イチゴ春先のかん水管理



イチゴは収穫期間が11月から5月までと長く、時期で環境が大きく変わります。特に、春先は気温が急上昇し、日射も強くなります。そのため、春になる前とは異なる栽培管理が必要となります。ここでは、栽培管理の一つ、かん水管理について注意する点を紹介します。

○春先の蒸散量

イチゴの蒸散（植物体内の水が、水蒸気となって葉の気孔などから空気中に放出されること）量は、3月には2月の1・3倍、4月には1・7倍と大きくなります（図1）。

春先になると蒸散量が大きくなる主な理由は次の2つです。

- ・日射量が大きくなる（4月の積算日射量は2月の約1・5倍）（図1）。
- ・イチゴの葉面積が大きくなる（3月下旬の葉面積は2月上旬の約1・5倍）（図2）。

このように春先には、蒸散量が大きくなった分、吸水量を変える必要があるため、かん水のポイントは次のようになります。



図1 イチゴ「あまおう」の蒸発散量と日積算日射量の推移

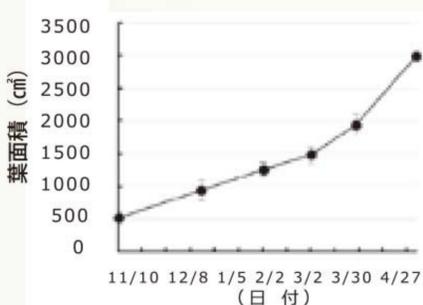


図2 イチゴ「あまおう」の葉面積の推移

○かん水のポイント

- ・3月になると吸水量が増加するので、かん水は少量で回数を多く行います（1回当たりのかん水量が多いと、収穫時の果実傷みの原因となるため）。
- ・収量が高い生産者は、春先にかん水量を増やし（かん水間隔を短くし）、土壌水分を適切に保っています。一方、それ以外の生産者では、3月以降にかん水量が不足して土壌が乾燥している例が見られます（図3）。

pFメータを利用すると1日の土壌水分の変化がわかり、吸水状況を知ることができ、かん水した後に、pF値が低くならない場合には根傷みしているおそれがある。かん水の目安は、pF値1・7～1・8とします（朝、葉つゆをうたないようであれば土壌が乾燥している）。



写真1 pFメータ

- ・水分不足は、果実肥大不足や乾燥によるハダニ類の多発要因となります。
- ・軟果防止や食味等の果実品質維持のため、収穫直後にかん水します。
- ・かん水時にかん水チューブのふくらみにより果実が動くことがあるため、果実の温度が高くなってからかん水すると、マルチフィルムとのスレにより、果実が傷むことがあります（図4）。傷み防止のため、果実温が低いうちにかん水します。

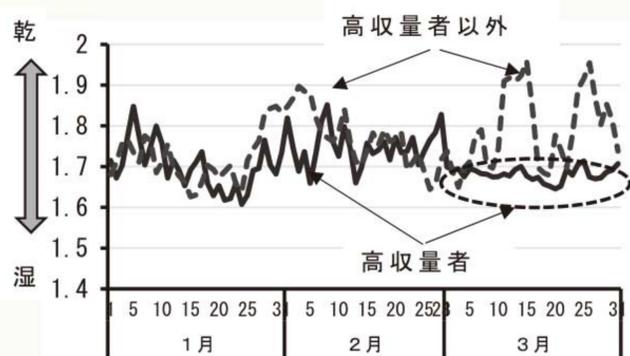


図3 土壌水分の推移の違い

○まとめ

春先のかん水は、収量に大きく影響します。株や土壌の水分の状態を把握して、適切なかん水を心がけてください。

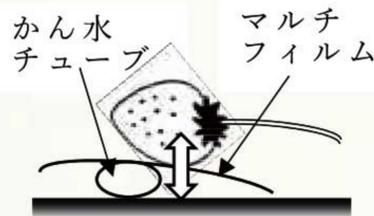


図4 かん水チューブのふくらみによる果実のスレ

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

◆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

加工用いちご作業員募集

- 人数：3名程
期間：3月下旬～5月上旬
(収穫量に応じ、期間は前後します。)
※土日祝も出勤可能な方
作業内容：いちごのヘタ取り・洗浄作業
時間：午前9時予定～作業終了まで
対象：65歳くらいまで
時給：1060円(土日祝共通)



※面接を行いますので、詳しくは内容等を含めて、下記の連絡先までお問い合わせください

連絡先：JA柳川営農センター 0944-76-5155
営農企画課 森田・須崎・稲又

JA柳川 春のセンドくん 農薬応援キャンペーン



例) アファーム乳 500ml
13,627円
↓
10,630円 (税抜)
他多数

- 期間：令和8年3月2日(月)～3月13日(金)
 - 開催店舗：寄覧館・センドくんストア
 - 対象商品：農薬
- ※品切れの場合は、後日引き取りか配達になりますのでご了承ください。

記帳・帳簿等の保存制度について

○対象となる方

事業所得、不動産所得または山林所得を生ずべき業務を行う全ての方(所得税の申告の必要がない方を含みます。)

○記帳する内容

売上げなどの収入金額、仕入れやその他の必要経費に関する事項

○帳簿等の保存

収入金額や必要経費を記載した帳簿や取引の際に作成・受領した納品書、請求書、領収書など。

詳しくは国税庁ホームページ
(<https://www.nta.go.jp>)をご覧ください、
最寄りの税務署にお問い合わせください。

建設工事指名願いの受付

当JAでは、令和8年度の建設工事等競争入札参加資格審査申請の受付を行います。

受付期間及び申請書類提出先は、次の通りです。

【受付期間】

令和8年3月2日(月)
～3月31日(火)(午後5時まで)

【提出先】

JA柳川本所 総務人事課
※お問い合わせは、総務人事課(32-8260)まで



おとめ座 (8/23～9/22)
【全体運】 運勢は吉凶混合。良いも悪いも入り乱れ忙しくなりそう。臨機応変に対応していきましょう。良い方に目を向けて◎。
【健康運】 無理は禁物。適度な運動と食事を心がけて。
【幸運の食べ物】 タケノコ



しし座 (7/23～8/22)
【全体運】 あれもこれもと思いがちですが時間は限られています。あらためて取捨選択を。下旬には勢いを取り戻し前進。
【健康運】 油断大敵。いつもの健康習慣をしっかり継続。
【幸運の食べ物】 パセリ



JA柳川助けあい組織 たんぽぽのつどい

行事予定

◎日程 3月2日(月) 意見交換会(協力会員のみ)
◎場所 福岡県飯塚市 方面 ※行程表は個別案内しています。

JA柳川女性部

◎日程 3月25日(水) 三橋支部 視察研修会
◎場所 福岡県朝倉市 方面 ※行程表は個別案内しています。

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。



年金友の会行事予定

全 体	
3月9日(月)	久留米地区JA年金友の会 親善ゴルフ大会



葬祭センター おもひでホール

令和8年1月 施行件数22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!～

事前相談受付中(一度お電話下さい)
相談受付時間 9時～16時(毎日)

☎ 0120-72-4744

法事会館(偲ぶ庵)
ご利用いただけます



理事会だより

■第10回定例 令和8年1月29日(木)

◆付議事項

- 第1号議案 柳川市農業振興整備計画の変更に対する回答について
- 第2号議案 理事との利益相反取引について

◆報告事項

- 令和7年度第3四半期の内部監査結果報告について
- 総体的な金利リスク量について
- 反社会的勢力対応及び疑わしい取引の届出状況に関する定期報告書について
- 事務ミス等発生状況報告書について
- JA柳川整備計画取組状況報告について
- 令和7年度第3四半期の余裕金運用実績について
- 貸付金金利改定報告について
- 「JAバンクの内部管理態勢構築にかかる指針」の一部変更について
- 回収実績報告について
- 令和7年度葬祭事業施設別月次利用実績について
- 令和7年度介護保険等事業実績について
- 水稻育苗箱苗価格改定について
- 令和7年産大豆検査実績について
- 令和7年度販売品販売高実績について
- 令和7年度農産物加工品販売実績について
- JA経営実務購読申込みについて
- 組合員大学専門講座修了式(第5講)について
- 総代選挙結果について

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
(たんぽぽ)

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】好調運です。あなたの意見が通りますから丁寧に分かりやすく説明しましょう。味方を増やせます。宴会にツキ。
【健康運】トレーニングの効果が出るとき。ハードに鍛えて◎。
【幸運の食べ物】シイタケ

てんびん座 (9/23~10/23)

【全体運】小さなことが気になって大局を見失いがち。ゆっくり深呼吸を。いつものバランス感覚を取り戻せば快方へ。
【健康運】発酵食品やたっぷりの野菜が健康の味方。
【幸運の食べ物】タマネギ



女性部 だより

「みそ丸くん」出前講座を開催

女性部員有志が講師となり「みそ丸くん」講座を開催しました。ちなみに「みそ丸くん」とは、お湯を注ぐだけで簡単に美味しく味噌汁を食べることができる女性部員有志で発案したものです。

みそ丸くんに使用した味噌は、柳川市産の大豆と米を使った手作りの無添加、保存料を使わない安心・安全な味噌です。

食農教育の一環として、依頼があった市内5校の小学校児童で実施しました。子どもたちは、はじめて触る味噌の感触や臭いに戸惑うこともありましたが一生懸命、1人10個の「みそ丸くん」を作り、各家庭へ持ち帰りました。

子どもたちから「家族にも美味しいと喜ばれた」「また作りたい」との声も聞かれ、食と農への理解を深め、地産地消ができる貴重な体験となりました。今後も継続して活動を続けていきたいと思えます。



やまと学童保育所



柳河放課後児童クラブ



矢ヶ部校区学童保育所



矢留校区学童保育所



両開校区学童保育所



野菜もの知り百科

ワケギ(ヒガンバナ科ネギ属)

土壌医 ● 藤巻久志

ワケギはネギとタマネギの交雑種です。中国では古くから栽培され、日本には遣隋使・遣唐使の時代に渡来したと考えられています。漢字では「分葱」と書くように、よく分けつ(枝分かれ)します。「冬葱(ふゆぎ)」「大官葱(だいかんねぎ)」「慈葱(じそう)」など多くの異名があります。

これまでネギ類はユリ科に属してきましたが、DNAで決める新分類ではヒガンバナ科になりました。ネギやタマネギのネギ坊主は、ユリよりもヒガンバナに似ています。しかし、ワケギのほとんどの品種はネギ坊主を付けないので、種子ではなく球根で増やします。

種子や球根には、採種後や掘り上げ後に一定期間休眠に入るものがあります。低温や高温、乾燥などの不適な環境では発芽しないで、生育に適した時期が来るのを待つて発芽するためです。球根の多くは休眠した状態で流通します。秋植えのチューリップは晩夏から秋、春植えのグラジオラスは冬から早春の休眠期に球根が販売されます。ワケギは晩春に休眠に入った球根が7、8月にホームセンターなどに並び、休眠から覚める

8、9月に植え付けます。

球根は種子よりも、栽培や増殖が簡単です。ワケギはプランターでも栽培でき、10月から翌年の3月まで収穫可能です。抜き取り収穫と刈り取り収穫があります。抜き取り収穫は、肥大した鱗茎(りんけい)をエシャロットのように食べることができます。刈り取り収穫は、葉の下の方を2、3cm残して刈り取ると、また新しい葉が伸びてきて年に3、4回収穫ができます。一度球根を入手すれば、翌年からは20〜30個に分球したものを種球にするので、種苗代がかからずとてもお得です。

ネギのような刺激性の臭いはなく、酢みそあえや卵とじなどにして、穏やかな香りと風味を楽しめます。青ネギよりもベータカロテンやミネラルを多く含みます。生活習慣病予防や疲労回復、食欲増進などの効果が期待できます。



やぎ座 (12/22~1/19)

【全体運】楽しい話題が増え、心が弾みます。好奇心を発揮してあれこれやってみましょう。視野が広がりさらに招運!
【健康運】手を使う運動を取り入れて、脳が活性化。
【幸運の食べ物】クレソン

いて座 (11/23~12/21)

【全体運】決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないように配慮を。
【健康運】体調がイマイチなときは休息を。受診は早めに。
【幸運の食べ物】キウイフルーツ

JA柳川は

「第21回 柳川よかもんまつり」

に参加します！

日程：3/21～3/22
土 日

場所：柳川市民文化会館
「水都やながわ」

JA柳川として、出店ブースを増やして参加します。
皆さまのご来場お待ちしております。

女性部

3/20(金)RKBラジオ 10:00～放送の
「Weekend Live あんたっちゃぶる
『食農ラ部』のコーナーで、
よかもんまつり出店の告知を行います！

レンゲソウの種も元気に育っています。春には花がいっぱい育ってくれそうです!!

柳川市 T.Tさん

立春を過ぎて間もなく春の訪れです。春野菜を楽しみにしています。

千葉県 M.Yさん

昨年生まれたかわいい息子がいます。毎日できることが増えて楽しいです😊

長野県 A.Nさん



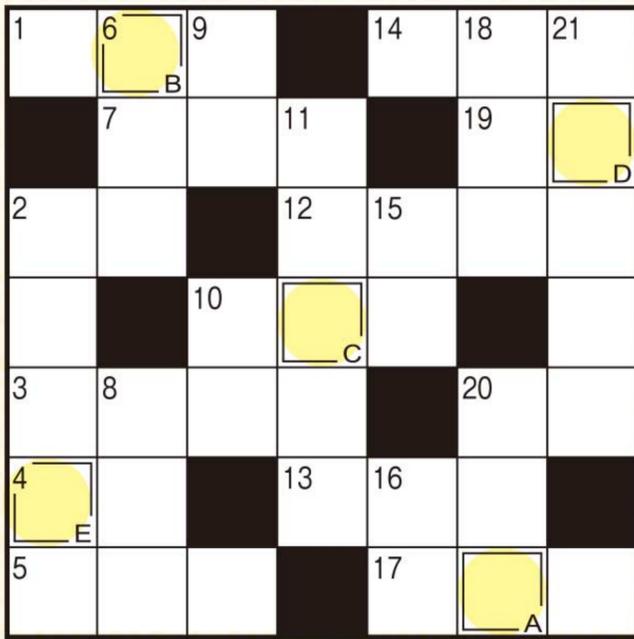
一部抜粋してご紹介いたしました。たくさんのおたより、ありがとうございます。ご意見や身近な出来事などをお書き添えの上、ご応募ください。HPからもご応募いただけます。

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

- お雛様にひな——をお供えた
- 力士が土俵にまくもの
- オーストリアの首都
- 眉間に寄せるもの
- スケジュール帳に書き込みます
- は小説よりも奇なり
- 、雷、火事、親父
- タロットカードや水晶玉などを——っておこないす
- 出身校をこういふことも
- パーが紙ならチョコキは
- ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- 鳴門海峡には大きなものが発生
- 神社の参拝時に鳴らすこともあります



- タテのカギ
- 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
 - チューナーで選局して聞きます
 - わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
 - 精算するために並びます
 - アルファベットの7番目
 - 通知表ともいいます
 - 走ること。ウイニング——
 - 日本庭園の池に似合う魚
 - 熱波師が活躍しているところもあります
 - 糖度計の——を読み取った
 - 夫婦——で旅行に行った

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8年3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「ゴウカク」

■ 先月号の当選者 (応募総数2,045通)

- 田中 寿子さん 柳川市
- 龍 文夫さん 柳川市
- 江口 律子さん 柳川市
- 石橋 節子さん 柳川市
- 藤丸 久光さん 柳川市
- 室野井りほさん 栃木県
- 井田はる子さん 東京都
- 上原 朋子さん 東京都
- 吉田 聡美さん 東京都
- 和田 裕美さん 奈良県



春の訪れを感じる季節となりました。寒さも少しずつ和らぎ、暖かな日差しに心が癒されます。
今月号は、高校生レシピコンテストを特集しています(P2-3)。若い皆さんの発想豊かな作品が揃っています。ぜひ誌面やInstagramをご覧ください。(F.M)



うお座 (2/19~3/20)

【全体運】 運勢は好調。勢い良く動きましょう。細かいことは気にしないように。寛容さが開運の秘訣(ひけつ)。【健康運】 目の使い過ぎに気を付けて。適度に休憩を。【幸運の食べ物】 ソラマメ



みずがめ座 (1/20~2/18)

【全体運】 運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎。【健康運】 おいしく食べるのが健康に。旬の食材にこだわって。【幸運の食べ物】 ウド



農業 × 男子

JA柳川なす部会 三橋支部
高橋 明也さん (31歳)



Profile

- 作っている作物 : なす
- 農業をする上での目標 : 安定した収穫
- 好きな野菜 : イチゴ、トマト、なす
- 最近ハマっているもの : アメカジ



私にとっての農業とは…

耕

(土を耕す、人生を耕す)

健康食材活用
レシピ集

日本の伝統食材 こんにゃく / 結びしらたきのパル風スキレット

レシピ提供：日本こんにゃく協会



こんにゃくが便秘に良いといわれる理由は?

こんにゃくに多く含まれる不溶性食物繊維は、小腸では消化されずに大腸に到達して、便のかさを増やしてやんわりと大腸を刺激します。そのため、腸のぜん動運動(排便を促す動き)を活発にして便通を良くしてくれる効果があります。また、食物繊維は腸内の善玉菌の餌となるため善玉菌の働きが活発になり、腐敗菌による有害物質の生成を抑制して腸内環境を健全に保ってくれます。こんにゃくを毎日の食卓に取り入れて体の中から健康にいきましょう。

参考：日本こんにゃく協会ウェブサイト

【材料 (2人分)】

- ・結びしらたき…1パック(200g)
- ・アボカド…1個
- ・ニンニク…1片
- ・バター…大さじ1
- A 白ワイン(酒)…大さじ1
- しょうゆ…大さじ1
- 塩・こしょう…各少々

【作り方】

- ①結びしらたきは中火で2、3分下ゆでして水気を切る。ニンニクはみじん切り、アボカドは皮と種を取って一口大に切る。
- ②フライパンにニンニクとバターを入れて中火にかけ、香りが出たら結びしらたきを加えてこんがり焦げ目が付くまで焼く。
- ③②にアボカドを加えてさっと炒め、Aを加えて結びしらたきに絡める。お好みでパセリのみじん切りや黒こしょう(材料外)を振って出来上がり。



経済部
農機燃料課
古賀 光

経済部 農機燃料課に配属されて2年目になります。ご注文、ご要望にお応えできるように取組み、選ばれるガソリンスタンドになるべく日々業務に取り組んでいます。
ご利用の程よろしくお祈いします!

職員紹介 (農機燃料課)



業務内容

燃料配送業務 及び
ガソリンスタンド業務



むつごろうSS
柳川市上宮永町425-1
TEL 0944-72-2212