

GREEN PEACE

3

2021

vol.313

JAみなみ筑後 広報誌



特集① P2・3

【とれたて! ヤングファーマー】

特集② P4・5

【新習慣で冷え性対策】



今月の農産物 **博多なす**

一富士二鷹三茄子とも言われ縁起ものであるなす。カリウムが豊富に含まれており、夏バテにピッタリの美味しい野菜です。

地域の農業とくらしに
必要とされるJAに。

全力!!
自己改革

JAみなみ筑後

なすは、管内一の園芸作物で、瀬高地区を中心に全地区で栽培されており、産地規模は高知・熊本に次ぐ全国第3位、福岡県では第1位(60%シェア)の規模を誇ります。平成8年に日本農業賞大賞を受賞し、翌年には、農林水産祭において天皇杯を受賞しています。

約3年前から省力品種である「PC筑陽」を本格導入し、「高齢な生産者には1年でも長く、若手生産者には規模拡大」を実現しています。

近年では青年部を中心にICT技術の導入が進んでいます。ハウス内環境測定装置の導入により、温度・湿度・地温・日射量・水分量・CO2濃度等の情報をいつでもどこでもスマホやPCで確認でき、部会内の導入者間でのデータをリアルタイムで比較、参照できるようになりました。



▲綺麗に整備されたハウス内の様子



▲ご両親も作業は手伝うが、主な管理は雄大さんが行う



とれたて! ヤングファーマー

FIGHTING YOUNG FARMER

▲野田さんのなすハウス風景

INTERVIEW インタビュー

ICTを導入した効果はどうですか?
ハウス内環境測定装置を導入したことにより、なすの花や実の数、茎や葉の大きさを数値化して、それをもとにハウス内の温度管理を決めることができるようになりました。長年の勘に頼ることも大事ですが、数値化することで補完できることは多いと思います。若い人でも農業を始めやすい環境が整ってきていると感じます。

Q 就農のきっかけは何ですか?
学生時代、就職を考えましたが、実家が農家ではありませんが、その当時は、農業は大学卒業後の選択肢の一つとして捉えていました。大学で経営を学び、その視点から農業について学ぶため、県内の他品目の若手農家を紹介してもらい、飛び込みで研修させてもらいました。4軒の農家にお世話になり、そこでの経験が決め手となり、就農することを決めました。

Q 今後の目標を教えてください!
雇用を用いた経営を確立して、もっと規模を拡大していきたいと思っています。

Q 就農のきつかけは何ですか?
単純作業となりがちな農作業において、モチベーションを上げていくために、現在雇用しているパートさんと面談し、年3回の人事考課を実施しています。作業の種類や量を項目毎に詳しく決めており、人事考課の面談時には、できるようになった作業の種類や量に応じて時給を決めています。また、ハウス内を綺麗に整理整頓したり、出勤時間に融通をきかせるなど、パートさんが働きやすい環境を整えることに気を付けています。

Q 今後の目標を教えてください!
先輩方、部会の伝統も大切にしながら、一方で、現状維持ではなく、新しいことをどんどん取り入れて、常に挑戦していきたいです。

JAみなみ筑後瀬高なす部会
青年部

野田 雄大さん(31)

生産品目			
なす	50アール	米	4ヘクタール
麦	6.5ヘクタール	大豆	2ヘクタール



常に新しいことへ挑戦したい!
チャレンジするヤングファーマー!

今回取材したのは、みやま市瀬高町で主になすを生産する野田雄大さん。パートさん5名を年間通して雇用し、若き経営者として活躍しています。ご両親も作業は手伝うが、主な管理は雄大さんが行っているとのこと。
野田さんが所属するJAみなみ筑後瀬高なす部会は、部会員数192人で48ヘクタールを作付けし、県内第1位の生産量を誇り、主に関東・関西・九州の市場へ出荷。今年度は目標販売金額27億円、目標出荷数量6700トンと計画しています。野田さんは、お世話になっている部会を大切に、これからも産地を守っていくために、「変わらないために変わり続けるこ

と」をモットーに、新しい取り組みを積極的に行っています。
同部会のあぐりログ研究会の立ち上げメンバーとして、いち早くICTを導入。ハウス内環境測定装置を導入し、農業を「見える化」しました。光合成の速度・量を人工的に増やす炭酸ガス発生装置も導入し、収量の増大に成功しています。
学生時代には、学生団体に農地を借りて野菜を生産しイベントやネット販売した経験も。また、労務管理の面ではパートさんへの人事考課を実施。単調となりがちな農作業においてモチベーションが上がるようにしています。



☆3月の運勢☆

【全体運】友人に連絡を取ってみましょう。グッドニュースをキャッチできる可能性が大。買い物は慎重に。比較検討が大事

【健康運】つい食べ過ぎてしまいそう。動いて消費を



☆3月の運勢☆

【全体運】春に心躍りそう。これからの計画を立てると良いアイデアが浮かぶはず。下旬から運勢は上昇を開始!

【健康運】ゲーム感覚でできる運動にツキがあります

寒い季節もぽっかぽか

新習慣で冷え症対策

気温が下がってくると悩みの声が増えてくるのが、体の冷え。夏場でも冷えに困っている人は多いですが、やはり冬のつらさはひとしおです。そもそも「冷え症」とは何なのでしょう？ そして効果的な対策は？ 東洋医学の知恵に学んで、この冬を快適に乗り切りましょう！

監修／北里大学東洋医学総合研究所 漢方鍼灸治療センターセンター長 鈴木邦彦
イラスト／服部新一郎

＋ 冷え症は放置すると万病のもと

「冷え性」と「冷え症」。二つの書き方の違いは知っていますか？
「冷え性」は冷えに敏感な体質のこと。一方「冷え症」は体が冷えてつらい状態が続く、食欲不振や倦怠（けんたい）感、頭痛、便秘などを引き起こすもので、東洋医学においては治療の対象となります。
人それぞれ症状も違い、検査では異常が出ないため、西洋医学の治療対象にはなりません。でも冷え症は万病のもと！ 放置するとホルモン、神経、免疫機能のバランスが崩れ、抵抗力が落ちたり、持病の悪化につながったりもします。

私たちは体内で熱エネルギーを作り、血液によって隅々まで運び、余分な熱は放散しています。熱を作るのは（1）基礎代謝、（2）食事、（3）筋肉運動、（4）ホルモンの四つの作用。熱の運搬は血管と心臓が担います。また熱の放散は自律神経でコントロールされています。冷え症は、そのどこかの段階に障害がある場合に起きます。

＋ 症状と原因の違い 三つのタイプ

冷え症は、症状と原因によって「四肢末梢（まつしよ）タイプ」「内臓タイプ」「下半身タイプ」の3タイプに分かれます。一番多いのが下半身タイプ。加齢とともに男女とも増えていきます。四肢末梢タイプは若い女性や痩せて小食の女性、内臓タイプは中年の女性に比較的多く見られます。また、複数のタイプの複合型もしばしばあります。

！ こんな人は要注意

- 1 とても寒がりやで冷房が苦手
- 2 手や足など体の一部が冷えてつらい
- 3 寝るときは湯たんぽや電気毛布が欠かせない
- 4 お風呂に入ってもすぐに冷えて寝付けない
- 5 頭痛、肩凝り、むくみで悩んでいる
- 6 下痢や便秘がひどい

あなたの「冷え」はどのタイプ？

四肢末梢タイプ
手足の末端が冷えるタイプです。カロリー不足や運動不足などが原因。熱エネルギーが少ないため交感神経が過剰に働き、末端の血管を収縮させて血流を阻害しています。まずは熱源として十分なタンパク質を摂取し、適度な運動を。手足の先を外から温めても解決しません。保温するなら首回りや手首、おなかを。

内臓タイプ
体の芯から冷えを感じるタイプ。体質や生活習慣、ストレスなどで交感神経の働きが低下し、血管が拡張しやすく、保温機能が弱っているために起きます。食事、睡眠などの生活習慣を見直すと同時に、熱を逃がさないよう、保温性が高い衣類を。軽い運動も必要ですが、汗で冷えないよう注意。

下半身タイプ
顔は火照るのに足が冷たいタイプです。座りっ放しや運動不足で腰やお尻の筋肉が凝って座骨神経を圧迫し、腰から爪先への血流が悪くなるために起きます。足先の保温や足浴では効果はありません。腰や脚部のストレッチで血流を改善しましょう。腰痛、座骨神経痛などがある場合は治療も必要です。



冷えを解消するには

日々の生活習慣が大切！

食習慣

タンパク質を意識しながら 1日3食をしっかり取るう

熱エネルギーの確保には十分なカロリーを摂取することが大切です。タンパク質は優れた熱源になり、筋肉の維持・増強にも役立ちます。重要なのは朝食。体温や代謝を上げるため、納豆、卵などのタンパク質を積極的に食べましょう。また決まった時間に食事をすることは自律神経の安定につながります。南方産の野菜・果物、白砂糖などを冷やす食品は体温の高い日中に取るか、加熱調理をお勧めします。



運動

日々の意識的な運動が 代謝を上げ、自律神経を整える

血流を良くするためには、適度な運動が不可欠です。その作用は、四肢末梢タイプでは基礎代謝と筋肉量を上げ、内臓タイプでは自律神経バランスを整え、下半身タイプでは下半身の筋肉の凝りをほぐし……と、冷え症解決に向けたいいことづくめ！ 同時に心肺機能が鍛えられ、熱や栄養を全身に送り出す機能も高まります。日々の仕事や家事ではあまり使っていない筋肉は多々。ぜひ意識的に動かしましょう。



ウォーキング

心くらはぎは第二の心臓ともいわれ、送られた血液を足から上半身に戻すポンプです。1日15分ほど、手を大きく振ってウォーキングすれば、下半身の血流改善だけでなく、肩凝りや自律神経バランスの回復に効果的です。

入浴

全身を温め、凝りをほぐす 40〜42度の10分間入浴

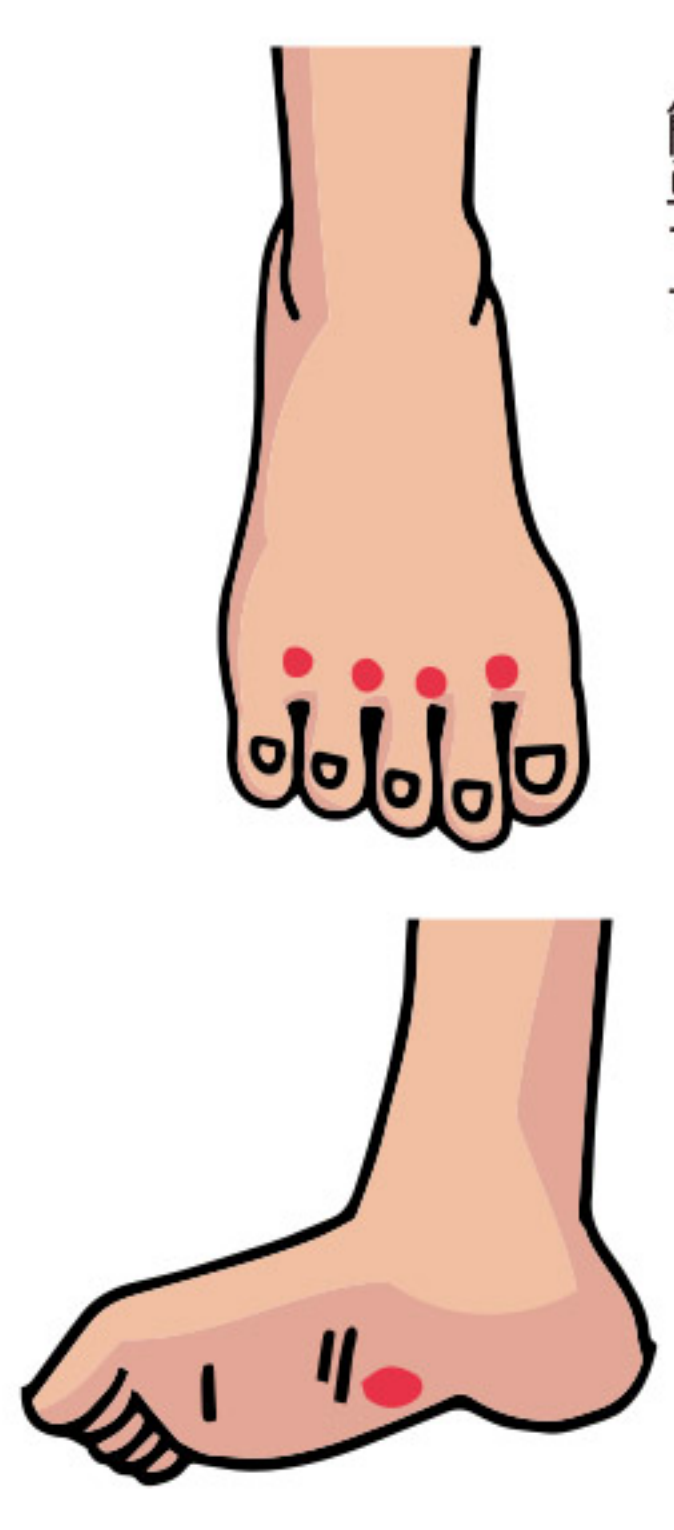
体を温め、ストレスをほぐすため、習慣にしたいのが10分間入浴です。効果的な湯温は40〜42度。まず前半5分間、首まで湯船につかってから休憩。後半5分間は胸元までつかります。半身浴より温まり、筋肉の凝りもほぐれます。湯船の中で肩甲骨や足先などのストレッチをすることでより良いでしょう。10分を超えると湯上がりの汗で冷えてしまいます。火照りを鎮めるため、入浴は就寝1時間以上前に。



つぼ押し

自分でも手軽にできるつぼ押し 足の血行を良くして冷えを解消

冷えた足先の血行を改善するには、足指の付け根の間にある4カ所のつぼ「八風」が良いとされます。押すと痛気持ちいい点を見つけ、真つすくに押しまします。全身の血行を良くするとされる「湧泉」は足の裏。足指を曲げたときにできるくぼみの中央です。こちらはゴルフボールなどを踏んで体重をかける方法が簡単です。



ストレッチ

四肢末梢タイプと下半身タイプでは、くつろぎタイムや入浴時にストレッチをすると良いでしょう。あぐらをかいて上の足の指を手で内側に曲げて5秒。左右5回ずつ行うことで血管を開く効果があります。下半身タイプでは、お尻部分に負荷をかけるようなストレッチも有効です。



えっ、これって駄目!?

世間に流布する冷え症対策でも、効果のないものはいくつもあります。体を温めるとされるショウガも生では無効果。蒸して乾燥させた場合に限り体を温めます。また靴下の重ねばきなど血流を阻害する方法は避けた方が良いでしょう。就寝時の電気毛布も、毎日使っていると日中に体の熱を放散しやすい体質になり、結果的に冷えを加速します。

1/20 **キウイ ハイワード選果**
果実内容は良好な仕上がりに



▶作業している様子

山川選果場で1月より、ハイワードの選果が始まりました。11月上旬から集荷を行い、冷蔵貯蔵した約130トンを1月上旬から3月上旬にかけて九州管内市場に出荷します。

2020年産は、7月の大雨や台風9号・10号通過の影響により品質の低下が心配されましたが、やや肥大が鈍ったものの果実内容は良好な仕上がりになっています。

担当職員は「キウイは栄養価が豊富な果物であり、安定した価格が望まれていることから、生産量の拡大を図りたい」と話しました。

1/18 **産業者さんと樋口指導員**
品質や傷の出荷基準を確認！



▶生産者さんと樋口指導員

1月18日に、同JA施設の瀬高選果場にてこれから出荷を迎える「博多産菜」の品質を均一化するべく出荷前の目合わせ会を開催しました。

目合わせ会では、生産者が実際に出荷される「博多産菜」を手に取り、品質や傷などの出荷基準の確認をし、個人格差の統一を図りました。

担当職員は、「今年は寒さの影響で例年より生育が遅れが見られたものの、品質は良好に推移している為、コロナによる情勢不安の中で、少しでも生産者の所得向上に繋げられるよう有利販売に努めていきたい」と意気込みました。

1/6 **キウイフルーツ冬期講習会**
大玉果実生産を目指して



▶生産者さんと浦部指導員

キウイフルーツ部会は南筑後普及指導センターと連携し、1月5日と6日の2日間でキウイの冬期講習会を開きました。

講習会には管内の生産者が参加し、2020年産の出荷実績や剪定方針について確認し、今後の防除や土づくりなどの留意点をJA指導員と普及センターの職員が説明しました。浦部指導員は「安全で安心出来る果実生産の徹底を図り、健康に注意して栽培に取り組んでほしい」と話しました。今後も高品質安定生産に向け、現地巡回と講習会を開き、産地を支援していきます。

1/6 **愛菜館で初売り&ぜんざい会**
日頃の感謝を込めて・・・



▶ぜんざいを渡す職員

大牟田市のJAみなみ筑後農産物直売所「愛菜館」は1月5日に初売り、6日にぜんざい会を開催し、2日間で約900人が足を運びました。ぜんざい会は、お客様への日頃の感謝を込め、毎年開催しており、来店客には無料で、当JA管内で生産されたもち米をふんだんに使ったぜんざいをふるまいました。新型コロナウイルス感染予防対策のため、お持ち帰りのみの対応となりましたが、限定250食はあっという間に終了し、多くの来場者で賑わいました。

1/25 **アスパラガス出荷**
食味は良好な仕上がりに



▶出荷されたアスパラガスの検査と等級選別を行っている風景

高田選果場で1月15日より2021年産のグリーンアスパラガスの出荷がスタートしました。1月上旬の寒波の影響により、予定日より1週間程度遅れたものの品質は良好で、昨年より太芽傾向であり食味は良好な仕上がりになっています。

JAみなみ筑後グリーンアスパラガス部会は、部会員数50人が面積8.9%を栽培しています。目標達成に向け、生産面では、栽培基本技術の励行と部会員相互の技術交換を行い、適期作業の励行及び栽培技術の向上・秀品率の向上を図り、販売面では、計量結束機の追加導入に伴う選果のコスト・労働力の削減を図ります。

1/20 **不知火出荷**
程よい酸味・濃厚な食味



▶選果している様子

山川選果場で中晩柑「不知火」の選果が進んでいます。ハウス栽培は約13トンを選果し、福岡県内へ出荷します。今後、2月にかけて露地栽培が約20トンを集荷予定です。

「不知火」は、果梗部が盛り上がっているのが特徴で、甘みが強く、程よい酸味があり濃厚な食味となっています。管内では、現在約13戸がハウス24区・露地46区で栽培しています。同選果場の担当職員は「栽培管理の徹底により、隔年結果の是正を図り、生産量維持に努めたい」と話しました。

1/14 **JAふれあい通信発行しました**
JAの地域密着活動を発信



▶JAふれあい通信

JAみなみ筑後は令和元年度に取り組んだ様々な地域貢献活動を紹介する冊子「JAふれあい通信」を作成しました。

JA主催の少年剣道大会やJA農業まつり、各支店で地域の特色を活かして取り組んでいる地域密着活動などを雰囲気が伝わりやすくするために写真を多く使い「地域の農業とくらしに、必要とされるJAに」というJAみなみ筑後の在り方を知ることができる冊子となっています。冊子は主に、農事組合長や関係機関などへ配布しました。

冊子を作成した担当職員は、「JAの活動を地域の皆様にご覧いただく機会になれば」と話しました。

1/13 **いちごをPR**
RKBラジオ取材



▶リポーターと藤好さん

1月13日、RKBラジオ毎日放送局のラジオ番組「商売繁盛！ウメ子食堂」の高田町のいちご部会への取材があり、同部会の藤好英喜さんが出演し、これから旬を迎える「いちご」のPRをしました。

同番組では、藤好さんがいちご栽培を始めたきっかけや栽培にかかる意気込みなどを話しました。また奥様が作るいちご大福も紹介されました。JAみなみ筑後管内のいちごの魅力がPRされました。

情報の提供は、
JAみなみ筑後お近くの支店または総務課まで！
電話：0944-63-8802

読者のページ

燃えよ川柳魂

PN ハッピーさん

散歩道
顔出せつくし
春ま近

PN K子さん

この寒さ
年にはかてぬ
だんろそば

投稿作品募集中!

身の回りのことや農業のことを5・7・5の川柳にしてみました?裏表紙のクイズの答えと一緒にあなたの作品を投稿しましょう!頂いた作品は紙面上で紹介させていただきます。
※ペンネームご希望の方はペンネームを明記してください。

PN みやまの陽希さん

清水の
参道登り
ひと休み

PN K子さん

不要不急
この意識が
薬です

PN みやまのにゃんこさん

ふんわりと
つむこな雪
冬の朝

おたより

皆さんからいただいたお便りを1部抜粋して紹介します。

博多あまおうすごくおいしそう!孫が遊びに来たら食べさせたい!!
どんな人!?プチ紹介コーナーの原盛行さん、すごいですね。神社などで見かけるしめ縄作る人すごいです。(大牟田市 60代女性)
いちごは何個でも食べることが出来ますよね(笑)是非お孫さんにも食べさせてあげて下さい!!
原盛行さんは、かわいい亀や、しめ縄を作っている姿を見ても感動しました!!(片淵)

いつも今月のおすすめ料理を楽しみに待っています。お陰でパートリーが増えて助かっています。これからも季節感のあるものを楽しみにしています。編集の方も大変でしょうがガンバレ!(瀬高町 60代女性)
毎日のことですからメニューに悩む時がありますよね。これからも季節感のあるレシピを紹介していきたいと思ひます。また、広報担当へのエールまでありがとうございます!!とても嬉しです!!(桑原)

燃えよ川柳が楽しみです。(瀬高町 40代)
ありがとうございます!時期により応募が少ない時期がありますが、たくさんの応募をお待ちしております。(桑原)

うちの主人は絵が上手。その腕前披露になすのハウスの重油タンクに博多なすの織旗を持ったなす忍君絵を描きました。(瀬高町 60代女性)
タンクに直接描かれているのがまたすごいですね!!ハウス重油タンクのなす忍君を探します(笑)
絵の才能がある方はとても羨ましいと思ひます。(桑原)

先日、埼玉のセロリ大好きな知人へ福岡の立派なセロリ株を送ったところ、とても喜んで、なぜか群馬県産の大ネギと東京新宿の羊かんを送ってきました。埼玉県産は?(高田町 60代女性)
埼玉県産だったら…さといもやブロッコリー、ほうれん草が来るのではないのでしょうか?(笑)セロリは関東では株で売られていないこととてもビックリしました!!これからも福岡県産の美味しい食べ物をPRしていきましょう!!(片淵)

2月号のおたよりに私のコメントを活字で載せていただきありがとうございます。とても嬉しかったです。切り取ってアルバムに貼っています。(瀬高町 60代女性)
ありがとうございます。そのように言っていたらと広報誌の作り甲斐があります。これからも一冊一冊を全力で作っていきたくと思ひます!!!(片淵)

2月号まちがいがしへの答えとプレゼント当選者

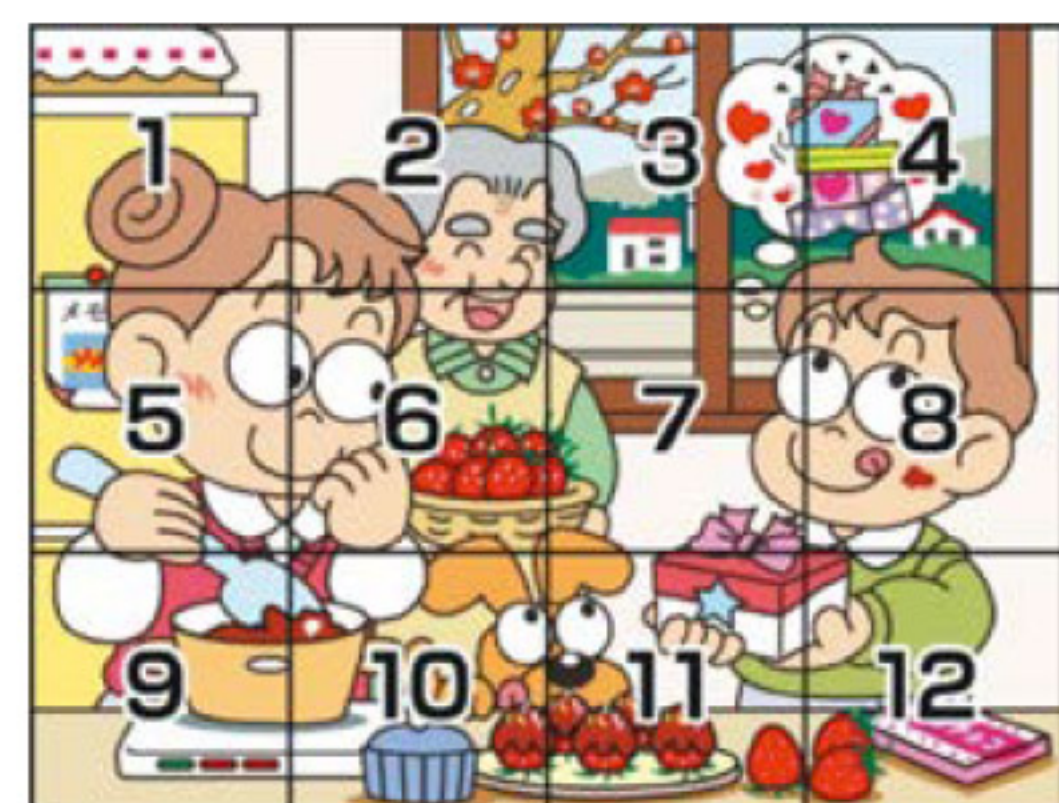
2月号
プレゼント
当選者

西山ケイ子さん 江崎 淳子さん
西山由美代さん 坂田 伸介さん
奥園ハルミさん

当選おめでとうございます!

応募総数71通、正解68通。厳正な抽選の結果、上記の方が当選されました。
詳しい応募方法は裏表紙をチェック!

2月号の答え



- 3...家の形が違う
- 5...メモがめくれている
- 6...手の指先が違う
- 11...箱のシールが違う
- 12...イチゴが一つ足りない



自己改革通信! JAの自己改革の取り組みをお届けします!



中大輪ダリア 生産者お任せ MIX
¥7,980
1玉・4玉・8玉・12玉・16玉・20玉 (編織の包装はあまおう・アレンジではございません)
福岡県みやま市の地元生産者お任せと技術を生かした生産を行っています。JAみなみ筑後管内の生産者お任せです。
ご注文はJAみなみ筑後管内のJA各支店・JAネットショップ・JAネット通販にて承ります。
送料別。送料、包装、送料、送料、送料。
福岡県みやま市の地元生産者お任せと技術を生かした生産を行っています。JAみなみ筑後管内の生産者お任せです。
ご注文はJAみなみ筑後管内のJA各支店・JAネットショップ・JAネット通販にて承ります。



JAみなみ筑後は1月19日より、JAの6次化商品が購入できるネットショップ「JAみなみ筑後ネットショップ」にてダリアの販売を開始しました。これまで、ネットショップではJA6次化商品のみ販売でしたが、ダリアのインターネット注文が可能になりました。
内容は、中大輪ダリアの生産者お任せミックスで5本×4品種20本入りとなります。クレジットやキャリア決済等をはじめとした幅広い決済方法に対応しておりJAみなみ筑後のホームページからアクセスできます。

ネットショップで販売している商品はダリアのほかに地元産農産物を使用したJA6次化商品で、まるごとセロリと卵のスープ、博多なすとねぎのお味噌汁、山川みかん缶詰、山川みかんストレートジュース、菜の花オイル等です。後払い決済・クレジット・コンビニ決済・銀行振込・各社キャリア決済 (au・docomo・ソフトバンク・Yモバイル)・paypay決済が可能であり、パソコンやスマートフォンから手軽に購入できます。

ダリア担当の瀬高選果場山口係長は「管内の若手生産者が情熱と技術を注ぎ込み生産を行っているダリアです。多くの人に手に取ってもらいたい。」と話しました。
アドレスは <https://minamickg.thebase.in/> です。



1/25 担い手組織連絡協議会の総会 第15回通常総会開催!!



挨拶をする阿部勝義会長

JAみなみ筑後担い手組織連絡協議会は1月26日、同JA本店で第15回通常総会を開き、会員らが出席しました。全4議案を協議し、全議案を原案通り承認しました。開会にあたり、阿部勝義会長は「担い手組織の発展と地域農業の発展を目指し、頑張っていきましょう」と力強く会員に呼びかけました。第4号議案の役員改選では会長に阿部勝義さんが選任されました。

また、担い手組織連絡協議会の総会終了後、同会場で第8回南筑後労災加入組合通常総代会を開催し、全4議案を原案通り承認されました。第4号議案の役員改選は、担い手組織連絡協議会と同じ役員が選任されました。



生産者さんと樋口指導員

1/25 蕾菜出荷

程よい辛味と風味が特徴

JAみなみ筑後東山選果場で、福岡県生まれの個性派野菜「博多蕾菜(つぼみな)」の出荷が最盛期を迎えています。

「博多蕾菜」は、中国南部原産の大型カラシナの一種のわき芽です。程よい辛味と風味が特徴で、しゃきつとした食感と和・洋・中いろいろな料理とも相性が良いため人気の野菜で、春の訪れを感じさせてくれる野菜でもあります。

担当職員は「博多蕾菜は今の時期しか食べられないのでぜひご賞味下さい。」と話しました。

情報の提供は、
JAみなみ筑後お近くの支店または総務課まで!
電話: 0944-63-8802



☆3月の運勢☆

【全体運】気になっていた問題が急浮上しそう。用事は早めに片付け憂いを残さないように。物やお金の貸し借りは回避を

乙女座8/23~9/22

【健康運】疲れが出がち。休憩、休養でリフレッシュ

祝 成人おめでとうございます!!

この度、新成人を迎えられた5名の職員を紹介します。



唐岬支店
小宮 みなみ

私をここまで育ててくれた
家族・周囲の方々、いつも
ありがとうございます。
これからも感謝の気持ちで
持って、色んなことに
チャレンジしたいです。
JA職員としても
頑張ります!!



組織支援課
藤丸 紗緒璃

成人を迎え、
自覚と責任を持った
立派な大人になりたいです。
また、親をはじめ
お世話になった
すべての方々に感謝し、
少しでも恩返しできる
ように頑張ります。



瀬高支店
大淵 由莉子

社会人として
責任と自覚を持って、
日々努力していきたいと
思います。



二川支店
木下 菜耶

今までよりも
責任と自覚を持って
何事にも取り組んで
いきたいです。



高田東部支店
江崎 悠里

新成人として自覚を持ち、
感謝の気持ちを忘れずに
立派な大人になれるように
頑張ります。



きれい☆女性部

JA全国女性大会

1月20日(水)JA全国女性大会がWEB配信にて実施され、JAみなみ筑後本店会議室にて、女性部本部役員が大会に参加致しました。

全国女性協議会会長より、「コロナ禍ではありますが、学び語り合うことは出来ないが、今、出来ることとして、WEB配信としました」との挨拶から始まり、例年、東京にて実施されますが、今年度はWEB配信という新しい形になり、女性部役員も参加できるようになりました。このJA全国女性大会では、九州地区大会にて選ばれたJA菊池女性部の方を始め、各ブロックから選ばれた計6名の女性が約10分ずつ、JA女性組織活動体験を発表されました。体験発表では、コロナ禍でも出来る活動として布マスクを作成し、直売所にて販売した代金は募金として医療機関へ寄付された話や、小中学校の給食センターや福祉施設などに直売所を通し、自身が育てた野菜を供給することになり、食育活動で、圃場に見学に来てもらった話など様々な活動報告がありました。

活動発表以外にも、プレミズ活動の報告や、JA女性組織メンバーによる30秒スピーチがあり、全国の女性のパワーを感じる大会となりました。



南 筑 後 見 聞 録

みなみちっこ
けんぶんろく



Aコープ 商品紹介

Aコープからおススメ商品をご紹介します☆

今月のおススメ商品は…

Aコープ しょうがくず湯 レモネード・しょうが湯

しょうが湯…お湯を注ぐだけ、体も心もほっかほか!
レモネード…お湯または冷水を注いで美味しいレモネード!
しょうがくず湯…お湯を注ぐだけ、体も心もほっかほか!

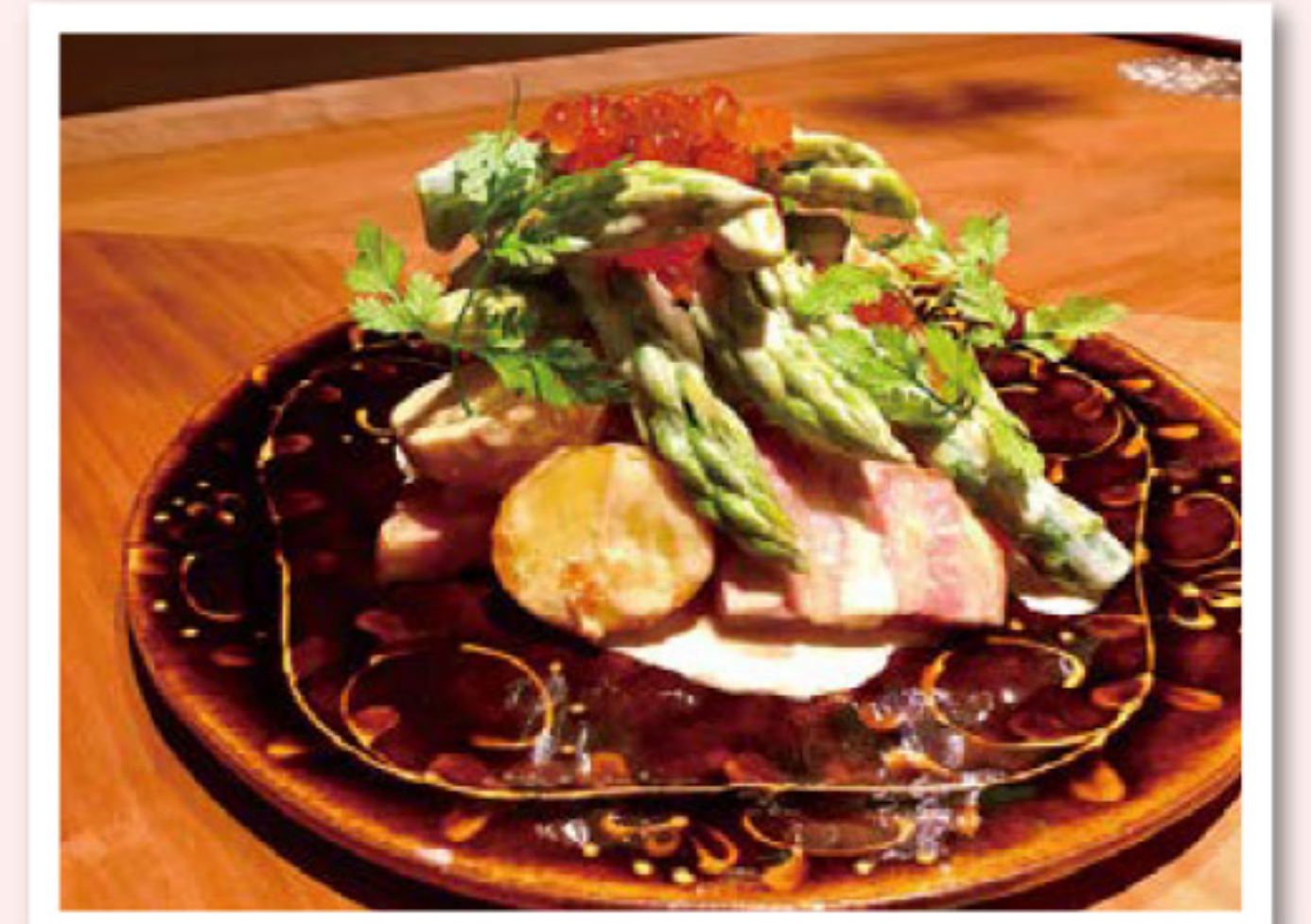
■通常価格
レモネード・しょうがくず湯 120g(20g×6袋)
しょうが湯 150g(25g×6袋) 各168円
■販売店舗 Aコープ山川店 TEL:0944-67-1215



今月のおすすめ料理



新ジャガとアスパラガスの 温サラダ



<材料> 4人分

新ジャガ(小芋)ゆでた物…4個
アスパラガス…4本
ベーコン厚切り…120g(8等分)
塩…適宜
サラダ油…適宜
イクラ…適宜
ハーブ…適宜
ドレッシング
マヨネーズ…適宜
ポン酢…適宜
粒マスタード…適宜
レモン汁…適宜

<作り方>

①ドレッシングの材料をボウルで
合わせておく。
②フライパンにサラダ油をひき、
一口大に切った新ジャガとベー
コンをじっくりと焼き上げる。
③アスパラガスを塩ゆでし、食べ
やすい大きさに切る。
④①のボウルに②と③を入れ、混
ぜ合わせて皿に盛り付け、イク
ラとハーブを飾り出来上がり。



☆2月の運勢☆

【全体運】楽しみにしていたことが実現しそう。途中で諦めず継続するのは大賛成。話し合えば味方になってくれる人も

【健康運】おいしい物を食べて、睡眠もしっかり取って



☆2月の運勢☆

【全体運】努力が認められスポットライトが当たりそう。いつも通りのことを丁寧に進めておくのが幸運の秘訣(ひけつ)

【健康運】スポーツなど上達しやすいとき。レッスンにツキ

【みかん】「基本管理を徹底し充実した花や新梢の確保に努めましょう。」

- **有機物施用**…土壌中の環境を改善させ細根の発生しやすい土壌環境へ促す。施用方法は、樹冠下に堆肥等を2～4ヵ所にスポット的に施用。過剰な施用は窒素の遅効きにより浮皮等の果実品質低下に繋がる可能性があるため注意。時期 2～3月
- **せん定**…密植園やせん定が不十分な園では日照不足、病害虫被害、風傷、腐敗果等、低品質果実が多発した。積極的にせん定に行っていき作業性の良い園地へと改善。シートマルチ栽培園においては、被覆の容易な園地にする事。



果樹指導係 山口 亮
山川選果場 (TEL: 67-1211)

- **葉面散布**…樹勢回復と花芽分化促進と充実を目的とし、日中の気温が10℃以上の暖かい日を狙って実施し厳寒期を過ぎた2月～3月中旬の期間までに行う。
- **病害虫防除**…冬期マシン油の未散布園では、三月中下旬発芽前にマシン油を散布。ただし樹勢低下園では落葉が助長されるため散布は控える。

【果 樹】「気象情報に注意！」

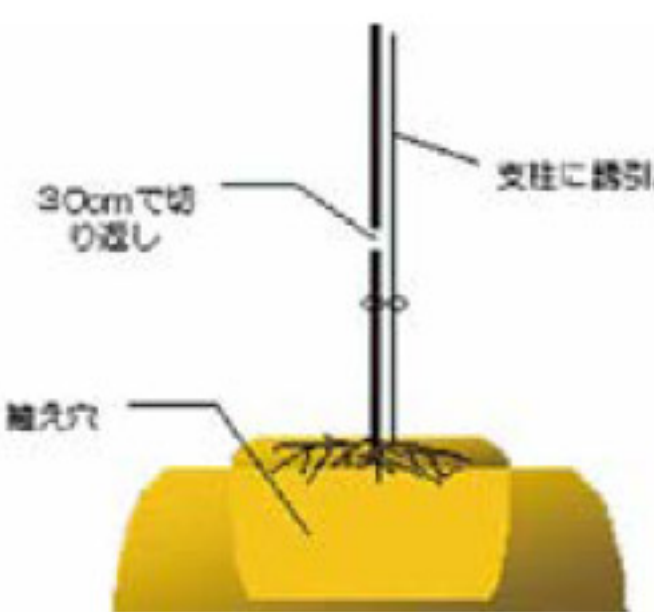
【キウイフルーツ】

- **新梢管理**…発芽後に花芽の確認が出来たら早めに芽かぎを行い新梢数を確保。
- **晩霜対策**…気流が停滞する園地では注意が必要。樹幹下の敷きわらは、逆に放射冷却により被害が悪化するため、4月中旬以降に実施。1・2年生については、主幹部にワラ等で防寒対策を実施。
- **かいよう病対策**…発芽前と発芽後初期に銅剤で予防防除を実施。
- **キクビスカシバ対策**…3月下旬から4月上旬に防除を行います。追肥は3月上旬までに実施。

【イチジク】

- **晩霜対策**…せん定後は主幹部・主枝部にわら等の防寒資材で被覆を行います。晩霜対策は霜の心配がなくなる4月中旬まで。発芽前に乾燥している場合は灌水。

- **苗木の植付け**…植付けは3月下旬までに。苗木は、支柱を立てて誘引。植付け後、乾燥が続く場合は充分量の灌水実施。



果樹指導係 山口 亮
山川選果場 (TEL: 67-1211)

苗木は30cm前後の高さで切り返す。

【スモモ】

開花期は、雨よけハウスでは3月中旬、露地では3月下旬頃。

- **開花期の湿度管理**…ハウス栽培ではハウス内の温度は25℃以下で管理し、日中の高温は受精率低下の要因となるため換気を行います。
- **凍霜害対策**…開花期の温度が著しく低下する場合は、開花期から幼果期までは燃焼法等で凍霜害対策を行います。
- **人工授粉**…同一品種では授粉しない特性が強いため、異品種を毛ばたきやブローで授粉させる方法、授粉樹が少ない場所ではバケツ等に水を入れて棚下に下げ、切った枝を挿しておく方法等を実施します。ハウス栽培では補助的に蜜蜂を利用し結実向上を図ります。(10a当たり2～3ヶ所)
- **病害虫防除**…灰星病・灰色かび病の防除、フェロモン剤等でコスカシバの防除を行います。

【ぶどう】

- **ハウス栽培**…普通加温ハウス(デラウェア)では開花期を迎えます。ハウス内が高温になりすぎると生育障害や花芽分化に影響します。また、開花期の湿度が高すぎると、灰色かび病等に注意。巨峰(種あり)栽培では、花穂のセット(軸長6～7cm、段数14～15段)。巨峰・ピオーネ(種なし)栽培では、花穂のセットは開花直前に、房先3cmでセット。無加温ハウスでは、萌芽期までは充分な灌水を行います。
- **病害虫防除**…ハウス栽培では灰色かび病、ダニ・スリップス注意。トンネル、露地では黒とう病、コガネムシ・ケムシ類に注意。

【いちご】「温度管理・果実品質に注意」

- **温度管理**…夜温が高いほど果実の成熟が早くなるので、夜温が7℃以上のときは降雨がない限りハウスは開放する。3月中旬以降は遮光資材(塗布剤、寒冷紗など)を活用し、昼間の高温対策を図る。
- **かん水**…かん水は少量多回数かん水を励行する。収穫量増加及び気温上昇に併せて、かん水量を徐々に増やす。収穫後のかん水を励行し、軟果対策として収穫前のかん水は控える。
- **収穫**…温度が高くなると傷み果が起りやすいため、低温の時間帯の収穫を心掛け、収穫を終了した後は、速やかに果実を予冷庫に入れる。収穫箱内で果実を重ねるとスレ・オシ果が発生するので注意する。
- **花だし・玉だし**…腋芽が多く四方八方へ花房が出てくるので、随時花・玉出しを行う。玉だしは、必ず緑熟期までに行う。白熟期～着色期に行くと、軟果玉や日焼果の原因となるので注意する。

【グリーンアスパラガス】「適切な温度管理と立茎準備」

- **かん水管理**…春芽時期のかん水は、晴天日の午前中に行なう。(凍害や霜害防止のため温度確保)。乾燥や水分不足は、収量や品質の低下につながる為、**少量多回数かん水**に心がけ、土壌の水分状態を常に確認し、ムラが無いようかん水を行う。
- **温度管理**…夜温をできるだけ高めて、日中の温度は30℃を超えないよう管理を行なう。晴天日のハウス閉閉目安は、温度が上がってくる午前10時頃に換気を行なう。また、夜温を確保する為に午後3時頃には閉め込みを行ない、日中の温度をハウス内に閉じ込める。
- **春芽追肥**…追肥は収穫開始後、20～30日目頃(収穫量が最大になる頃)を目安に開始する。以降は約2週間に1回を目安に行なう。1回当たり窒素成分で2kg/10a程度。**ただし、収穫量に応じて調整を行なう。**
- **立茎準備**…ネットの準備→立茎開始前には必ずネットを準備しておく。立茎開始時期の目安→立茎の開始判断時期は、前年の秋の株状態や保温開始の時期により異なる。2年生株は、収穫開始後30日前後。3年生株以降は収穫開始後40日前後を目安とする。



いちご・グリーンアスパラガス指導係 馬場 憲二
高田選果場 (TEL: 22-5453)

【なす】「気候の変化に合わせた管理を」

- **整枝・摘葉**…PC筑陽は葉を摘葉しすぎないように注意する。葉面積をしっかりと確保し光合成を促進させる。着果負担が大きいと次の芽が遅くなるため、病害果や障害果は早めに除去する。着果数(花数+実数)は(20～23)を基本とする。
- **温度**…PC筑陽は温度が低いと回転が悪くなるため、平均温度を確保する。樹勢・花質が低下している場合は、22℃以降は光優先の管理を行う。曇雨天日は密閉して保温し、20℃を超えたら短時間の換気を行う。
- **灌水**…3月以降は葉の展葉スピードが速くなり、水分吸収量、蒸散量も増加するため灌水を増加させる。また、一度に多量に灌水するのではなく、少量多回数の灌水を実施する。



なす指導係 林田 真輝
瀬高選果場 (TEL: 63-3175)

- **追肥**…花～突き出しが増加してきたタイミングで追肥を行う。施肥量の目安は、博多なす追肥45kg/10a(窒素成分で3.2kg/10a)。
- **病害虫**…夜温が上昇し暖房が稼働しなくなると病害が発生しやすくなるため、暖房の設定を上げておく。特に曇雨天日は夜温・湿度が高くなるため注意する。気温が上がると害虫の増加も早まるため、気温が上がるまでに防除を済ませる。

【麦】「適期管理作業の実施」

- **生育**…1月に入り、降雨が増えたことで生育は良好となりましたが、同時には場が湿潤状態となり雑草が発生しました。
- **降雨後の管理**…麦作においては、これからの排水性が収量・品質に大きく影響を与えますので、ほ場巡回を行ない、速やかな排水が出来る様に、溝の整備を行いましょ。



普通作指導係 武藤 優治
農畜産課 (TEL: 63-8814)

- **麦踏み**…10日間隔を目途に実施することで、分けつの促進や倒伏軽減の効果がります。なお、ほ場が湿った状態で行くと、土がしまり生育を悪くしますので注意しましょう。
- **土入れ**…1月中旬より圃場によっては雑草の発生が目立つ様になりました。雑草対策と遅れ穂の抑制、排水性改善のために3月上旬頃までに土壌が乾いた時に実施しましょう。

※詳しい内容については、栽培こよみを参照してください。



☆2月の運勢☆

【全体運】人の輪の中に入っていきましょう。「三人寄れば文殊の知恵」、1人では解決できないことにも光が見えてきます

【健康運】話題のエクササイズにトライ。早起きは吉

山羊座12/22～1/19



☆2月の運勢☆

【全体運】怠け心に流されないで。面倒なことから取り掛かると運気が好転。反対意見を持つ人の話にも耳を傾けましょう

【健康運】無理をしないが一番。自分自身をいたわって

射手座11/23～12/21

JR九州除草剤散布のお知らせ

下記のとおり、鉄道敷地内への除草剤の散布を実施致します。

場 所	JR九州新幹線 筑後船小屋駅～新大牟田駅
時 期	2021年3月1日～2021年3月6日 (予備日:2021年3月15日～2021年3月19日)
使用除草剤	ラウンドアップ マックスロード
場 所	JR九州新幹線 筑後船小屋駅～新大牟田駅
時 期	2021年4月5日～2021年4月9日 (予備日:2021年4月19日～2021年4月23日)
使用除草剤	ラウンドアップ マックスロード

※作業が完了した場合は、予備日は中止致します。

【連絡先】

- JR九州新鳥栖新幹線
工務室 ☎ 0942-83-1422
- 詳しくはJR九州ホームページをご覧ください。

除草剤散布箇所について JR九州



毎月のグリーンピース抽選は??

毎月、グリーンピースの応募ありがとうございます。
抽選は、常勤役員の5名によって抽選されています。皆さんの暖かい一言をいつも読ませてもらっています。ありがとうございます！
これからも沢山の応募お待ちしております。



編集後記

1月上旬は、雪が降りとても大変でした。
成人を迎えられた皆さん!成人おめでとうございます。
これから急に寒くなったり、暖かくなったりと気温の変化が激しく、体調を崩しやすい気候になっていますので皆さんお体には十分気を付けてください。(片淵)

コロナ禍で厳しいニュースが続いていますが、めでたく成人を迎えられた5名の職員の方々、成人おめでとうございます!そして広報誌へのご協力ありがとうございました。おかげで誌面が一気に華やかになりました。(桑原)

農業新聞を購読しませんか?

購読料 1ヶ月 2,623円(税込み)

※軽減税率8%対象です。
※お申込みされた月の翌月1日からの配達になります。
お申し込みはお近くの支店または
総務課(TEL:0944(63)8802)までご連絡ください。

愛たい日 15

1月～訪問状況～

各支店合計正組合員訪問率 **33%**
(訪問戸数4,891件うち面談戸数1,600件)

ウイルス感染防止のため愛たい日の面談を控えました。

令和3年度農業研修生募集について

JAみなみ筑後では、管内の関係機関(みやま市・大牟田市・南筑後普及指導センター)と一体となって、新たに施設園芸(いちご)で就農を希望する人に、生産技術・経営管理等について実習、座学を通じて研修を行います。

◆研修施設の名称

JAみなみ筑後トレーニングファーム

◆研修生の資格

- ①おおむね45歳までの人
- ②心身ともに健康でいちご生産に意欲がある人
- ③研修終了後、JAみなみ筑後管内に居住し管内で農業経営を行う人
- ④農業経営開始にあたり200万円程度準備できる人

◆募集期間

令和3年2月1日から令和3年3月10日まで

◆募集人員

2名

◆研修品目

いちご

◆研修費用

研修にかかる費用は、JAみなみ筑後が負担します。

◆研修期間

令和3年6月1日～令和4年5月31日まで

◆申し込み方法

農業研修申込書及び履歴書をJAみなみ筑後営農経済部園芸課へ1部提出
様式は、JAみなみ筑後HPよりダウンロードできます。

◆選考方法

書類審査、面接

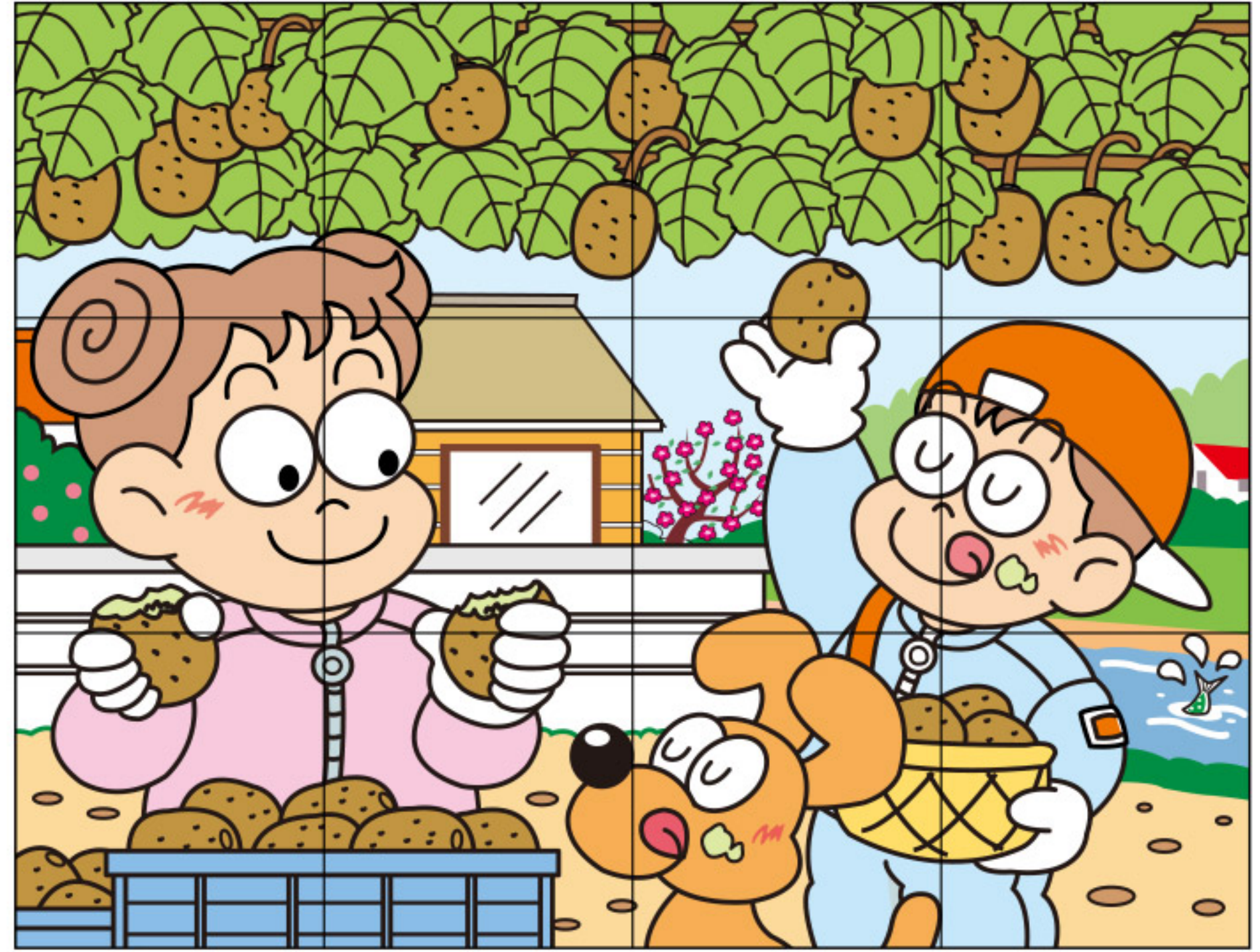
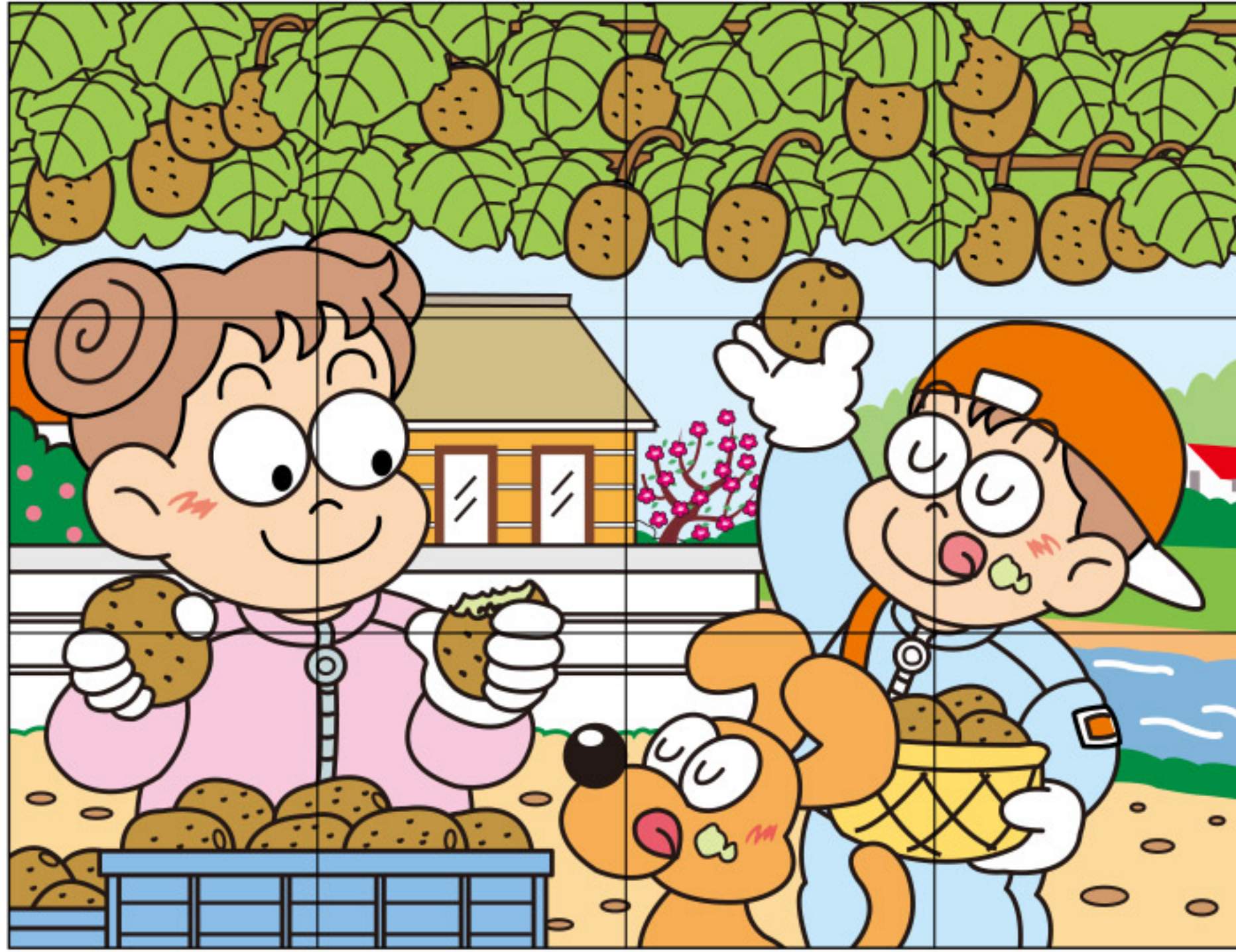
◆お問い合わせ

JAみなみ筑後 営農経済部 園芸課 ☎ 0944-63-8815

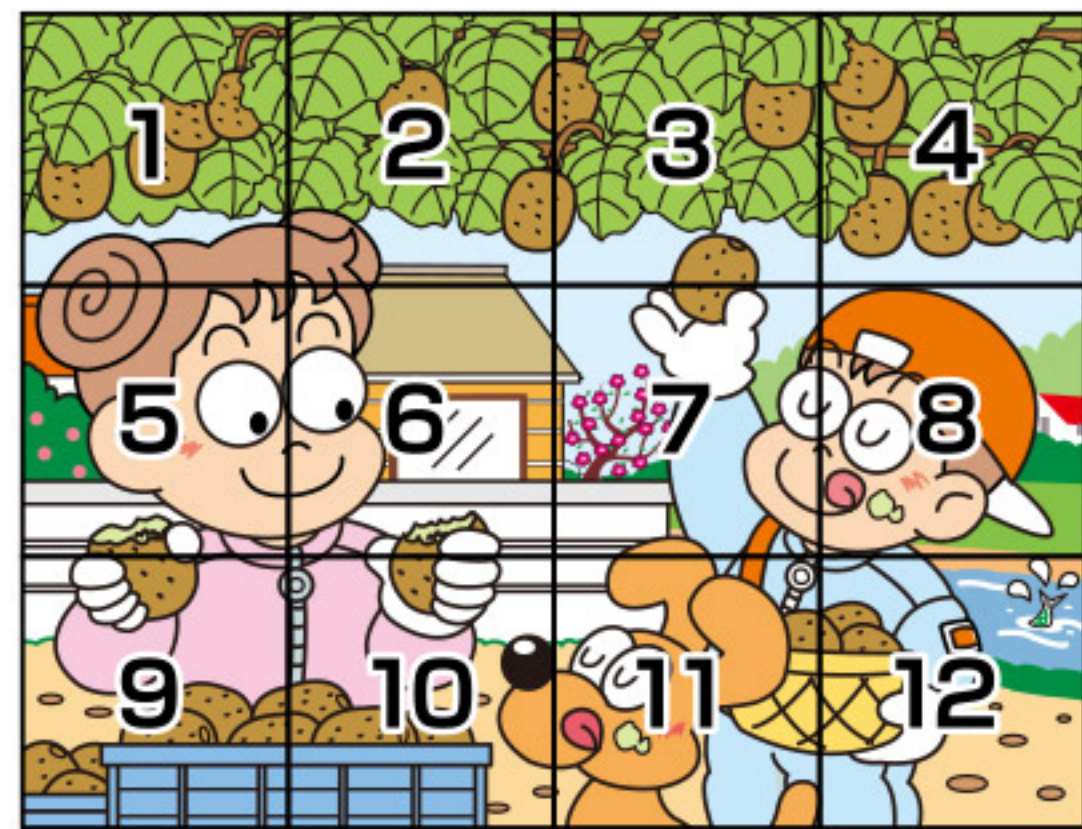


まちがいさがし

クイズに正解した方の中から、抽選で5名様に
素敵なJA6次化商品プレゼント!



出題・イラスト:酒井栄子



Q.右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。
間違っている部分を左下の枠内の数字で探しましょう。

間違いを探し、この枠内の数字を5つ答え
てね!

答え

--	--	--	--	--	--

おたより・プレゼントの応募先

クイズに正解した方の中から、抽選で5名様に素敵な賞品が当たる!

<あて名>

応募締め切り 令和3年2月22日(月)必着

応募方法 はがきまたはFAX

はがき…必要事項(右記参照)をご記入の上63円切手を貼って投函してください。

または、最寄りの支店・事業所までおもち下さい。
(持ち込みの際は切手不要です。)

FAX…必要事項(右記参照)をご記入の上
(総務課:0944-63-8820)までお送りください。

※ご記入頂いた個人情報は賞品の抽選・発送・結果発表に使用させていただきます。
(紙面上で当選者のお名前を掲載させていただきます。)

<必要事項>

JAみなみ筑後
グリーンピース係 宛

- ①氏名
- ②年齢
- ③郵便番号・住所
- ④電話番号
- ⑤まちがいさがしの答え

☆広報紙の感想・ご意見等があればぜひお寄せください。
投稿作品も募集中!
(川柳など)

835-0024

総務課
グリーンピース係

みやま市瀬高町下庄774の1

今月の表紙

★ひとこと

ひだか とうき
瀬高なす部会 部会長 **目高 公喜さん(60)**

コロナで例年のような行事が出来なくてとても残念です。
今年で還暦を迎え、新たな気持ちで農業も仕事も頑張っていきたい
と思います!!

JAみなみ筑後なす部会では、生産者192人が48畝で栽培し、年間約
6,700トンを出荷しています。

