

GREEN PEACE 8

JAみなみ筑後 広報誌

2023

vol.343



特集① P2、3
【田んぼの教室 開催!】

特集② P4、5
【脳寿命を延ばす健康生活】



今月の農産物 いちじく
「知恵の木の実」「薬の木」として、古来より伝わる健康食果実。



「田んぼの教室」開催!



子供たちが農業体験を通じて「食」と「農」を学ぶ「田んぼの教室」。みやま市の南小学校、桜舞館小学校、清水小学校、大江小学校、瀬高小学校、大牟田市の玉川小学校の7校の子ども達が田植えに挑戦しました。青年部員、JA職員、地域の方の指導の下、一本手作業で苗を植えました。

子供たちは「昔は全部手作業でしていたなんて凄い」など、全身泥だらけになりながら米作りの大変さや楽しさを感じていました。



瀬高小



大江小



桜舞館小



玉川小



南小



水上小



清水小



☆9月の運勢☆

【全体運】好調運。心配事は取り越し苦労に終わりそう。抱え込まず人に話すと楽になります。買い物は計画性を発揮して◎

牡牛座 4/20~5/20 【健康運】胃腸を大切に。消化のいい食事を心がけて



☆9月の運勢☆

【全体運】用事が山積みのため息が出がち。ただ、思っているよりも動けます。効率良く動いてあなたの実力をアピール

牡羊座 3/21~4/19 【健康運】スキンケアに力を入れて。無理な減量は禁物

STOP! 老人脳

脳寿命を延ばす 健康生活

いくつになっても前向きで若々しく暮らすには、「脳」の健康を気遣うことも大切です。老人脳にならないために「脳寿命」を延ばす生活を始めてみませんか。



西 剛志(にし たけゆき)先生
●脳科学者(工学博士)
●分子生物学者
●T&Rセルフイメージデザイン
代表取締役



「80歳でも脳が老化しない人がやっていること」
西 剛志著
アスコム刊 1540円



もしかしたらあなたも……? 老人脳の5タイプ

- ### 「記憶脳」の老化
- 人の顔や名前が覚えられなくなった
 - 同じことを何度も言うようになった
 - 「あれ」「これ」などの指示語が多い

これで予防! 毎日違う道を歩いてみましょう

GPSを使って生活の中の移動距離と脳の衰えの関係を調べた実験では、「移動すると記憶力がアップする」ということが分かりました。これは新しい場所を覚えようとする脳細胞を使うことで、脳全体が活性化するためです。例えば毎日の買い物でも、違う道を通るようにすると、記憶力の衰えを防ぐことができます。

- ### 「やる気脳」の老化
- 流行に付いていけなくなった
 - 昔が懐かしいと思うことが多い
 - 食べたい物が思い付かない

これで予防! 「新しい体験」を毎日取り入れましょう

新しいことやワクワクすることがあると脳は活性化します。老人脳を予防するためには、新しい体験を、毎日少しずつ取り入れることが大事です。「歩くスピードを変えてみる」「いつもは見ないテレビ番組を見る」など、ちょっとしたことでOK。ただしストレスも脳を老化させますので、負担にならない程度にとどめましょう。

- ### 「聴覚脳」の老化
- 聞き間違いが増えた
 - テレビの音のボリュームが大きいと言われる
 - 子どもの声など高い音が聞こえにくいことがある

これで予防! 聞こえにくく なったら補聴器を

認知症の12の危険因子で最も危険度が高いのが難聴だといわれています。音は目が覚めている間ずっと脳を刺激し続けていますが、それがなくなるためです。特に若い頃から大音量で音楽を聴く習慣があったり、音の大きい職場にいた方はご注意ください。補聴器は、認知機能の低下を防ぐのにも役立ちます。

- ### 「共感脳」の老化
- 人の話を聞かなくなった
 - 服装に気を使わなくなった
 - 人を傷つけてしまうことが増えた

これで予防! ダンスや お手玉に挑戦

認知機能を高めるのに最も効果的なのが、リズム、バランス、スピードなど複数の動きを同時にする「コーディネーション運動」です。ユーチューブで動画などを見て動きをまねするのもお勧めです。体を動かすのが苦手な方でしたら、お手玉などでもいいでしょう。

- ### 「客観・抑制脳」の老化
- すぐにイライラするようになった
 - 感情を抑えられないことが多い
 - 物事を客観視できない

これで予防! 利き手ではない方の手で作業をしてみる

常にイライラしているなどの自覚がある人は、脳の機能が低下して、感情の抑制や注意力が弱まっているのかも。1日5~10分、利き手ではない手で生活してみましょう。手を動かすことに意識が集中するため、心身をコントロールするいいトレーニングになります。

手軽に始められる「脳寿命」を延ばす食生活

脳の機能のピークは 人によって違う

「高齢になると脳が老化する」というイメージがありますが、脳の老化現象はもっと早くから始まっています。さまざまな研究機関の調査データをまとめると、脳の機能のピークは「情報処理能力が18歳」「人の名前を覚える力が22歳」「顔を覚える力が32歳」「集中力が43歳」となっています。このピークは、人によって振幅が大きく、ピークを70代、80代まで持続させる人もいます。ピークを長く保てる人は、脳の衰えを緩やかにしたり、脳を若返らせたりする工夫を日常の中で無意識に行っているのです。特に重要なのが、脳内物質の生成を大きく左右する食生活。以下の工夫を取り入れて、老人脳を予防しましょう。

かめばかむほど、 脳は若返ります!

よくかんで食べるだけで、運動機能や健康機能が向上する気が出る、記憶力が高まる、認知症を防ぐ、免疫力を高めるなどの効果があります。中でも効果が高いのが「やる気脳」の低下防止。そしゃくするとやる気の源であるドーパミンがよく出るようになるのです。準備が簡単だからという理由で朝食をパンにしている人も多いですが、やる気を高めるためにはパンよりかむ回数が多いご飯がおすすめです。硬い物を食べる方がいいということではなく、軟らかい物でもかむ回数を増やせばいいのです。

動物性タンパク質が 脳の衰えを防ぐ

100歳を超えても脳機能が衰えない、いわゆる「スーパーエイジャー」の約6割が、牛肉や乳製品などの動物性タンパク質を毎日取っています。牛肉や乳製品などの動物性タンパク質の中には、やる気ホルモンであるドーパミンの原料になるチロシンというアミノ酸や、リラックスホルモンのセロトニンを作り出すアミノ酸(トリプトファン)などが含まれているためです。

「プチゼいたく」で 脳を活性化

私たちの脳は制約を受けると活性化しにくくなり、やる気ホルモン「ドーパミン」が出にくくなります。ですから、自由な人の方が老化しにくいのです。例えば好きな物を食べているときの「おいしい」という感情は、味覚への刺激だけでなく嗅覚や視覚などさまざまな感覚への刺激になります。またおいしいと感じる食品はよく味わって食べるため、自然とかむ回数が増えて、脳を刺激します。

老人脳を防ぐための お勧め食材

マグロのトロ、サバの水煮缶

脳細胞を活性化し、老化予防に効果的といわれるEPA(エイコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)は、青魚の脂肪に多く含まれています。ですから、旬の脂が乗った青魚を食べると効率良く取ることができます。マグロのトロもお勧めです。DHAは1日につき5gの摂取が必要ですが、マグロのトロならすし1貫で3.2g取れるため、2貫食べれば十分です。



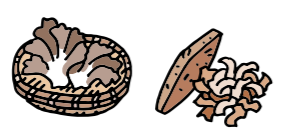
アセロラ飲料

1日に1gのビタミンCを摂取すると若返り遺伝子が活性化することが分かっています。お薦めは100g中に1700mg(レモンの約34倍)もビタミンCを含んでいるフルーツ、アセロラです。アセロラ入りの飲料なら手軽に取ることができます。



マイタケ・かつお節

若返り遺伝子を活性化させるナイアシンを豊富に含んでいます。たっぷりのかつお節でだしを取り、かつお節ごと食べてマイタケを具にしてみてもいいでしょう。



野菜だけ&粗食は 脳を萎縮させる

「年を取ったら粗食の方が体にいい」というイメージがありますが、61歳から87歳の人に対して記憶テストや身体機能のチェック、脳のスキャンなどを行ったところ、野菜中心で肉や魚、卵に多く含まれるビタミンBが不足している人は、5年後に脳の萎縮が見られたそうです。野菜ももちろん大切ですが、動物性食品と組み合わせ、バランス良く取るようにしましょう。



7/11 博多ナスで料理紹介
ふるさとごはん インスタ掲載



JAみなみ筑後女性部の下川順子部長が、JA福岡中央会が運営するインスタグラムの料理動画に出演しました。7月11日、大牟田市の下川部長宅で地元の博多ナスを使って調理する様子を撮影しました。

2021年に開始した「ふるさとごはん」の企画では、県内20JAのうち、4JAの女性部から1人ずつ出演し、各JAならではの地元農産物などを使った料理動画をインスタグラムで紹介しています。

今回下川部長は、県内1位の生産量を誇る博多ナスを使って「博多ナスのごま醤油かけ」を作りました。たれにはお酢を使用しています。博多ナスのほかにかぼちゃやオクラ、パプリカなど色とりどりの野菜を衣を使わず素揚げするのがポイントです。また、目で見て食欲アップも図ります。

下川部長は「ナスと油の相性がとても良いので、夏バテ防止に食べてほしい」と話してくれました。

6/29 安定出荷・品質向上に向けて
全体研修会開催



いちご部会は、同JA本店で全体研修会を開き、部会員58人が出席しました。

研修会では、2022年度産の生産経過及び反省点について説明を行い、2023年度産に向けた育苗管理や近年発生している病害虫の特徴と防除のポイントについて説明しました。特に育苗期の炭疽病対策について部会員は熱心に耳を傾けていました。



6/22 「シャインマスカット」
出荷開始
加温ハウス出荷開始

「シャインマスカット」
出荷開始
加温ハウス出荷開始



山川ぶどう集荷場で、「シャインマスカット」の出荷がスタートしました。

生産者の生産管理の徹底により、果実の着色・品質ともに良好な仕上がりとされています。出荷は九州管内を中心に行なわれ、8月中旬にかけてピークを迎える見込み。

同部会では、結実対策の徹底を行い生産量の維持に努めています。また、計画的販売を行い有利販売へと繋げ、部会員37名で230トンの出荷を目指します。

7/13 ぶどう出荷に向け
出荷方法再確認
品質低下を防ぐように注意



大牟田ぶどう部会は、同JA大牟田支店でぶどう出荷説明会を開きました。

JA担当職員は共販業務細則、出荷方法、商品管理などを細かく確認しました。品質の低下を防ぐために出荷方法については特に注意するように呼び掛けた。

今年も大牟田市内に学校給食としてぶどうを出荷する予定です。今年度の集荷は、7月23日から開始していて9月末までを計画しています。

大牟田ぶどう部会は部会員33人で、巨峰を中心に作付けをしています。

7/5 喜ばれる大豆作りを目指す
第2回大豆部会通常総会



大豆部会は、第2回通常総会を開き、全4議案を原案通り承認しました。

2023年度の事業方針として、喜ばれる大豆づくりとして品質向上および安定生産を目指します。また、単収向上のための対策として、適期播種の構築や排水対策、病害虫防除の徹底など6つの対策に取り組むことを決めました。

通常総会終了後には、大豆播種前研修会を開き国産大豆をめぐる情勢と、適期播種や部分浅耕一工程播種等の栽培技術について研修を行いました。

7/6・7/7 日頃の感謝を込めて
直売所「愛菜館」七夕フェア開催!



JAみなみ筑後農産物直売所「愛菜館」は7月6、7日の2日間、お客様へ日頃の感謝の気持ちを込めて七夕フェアを開催しました。2日間で657人を超えるお客様が足を運び、大盛況でした。

同JAの特産物であるハウスみかん、ぶどう、すももの限定販売を行い、先着100名へ(2日間で200名)店内商品1,000円以上お買い上げレシート提示の方に手作りお饅頭をプレゼントしました。

沢山のご来場、ありがとうございました!



☆9月の運勢☆

【全体運】勢いがあり計画推進のチャンスです。強気でいきましょう。人に頼るより自力でいった方が満足いく結果に

乙女座 8/23~9/22 【健康運】外出後はうがいを。喉の痛みを甘く見ないで



☆9月の運勢☆

【全体運】贈り物運あり。欲しい物をもらえたりしそう。贈るのもお勧め。すてきな買い物ができるでしょう。旅行の計画も◎

獅子座 7/23~8/22 【健康運】口コミの良い健康法を試して。あなたに合っているそう

読者のページ

燃えよ川柳魂

高田町 60代男性

やなことでも
食べて忘れて
生きまっしょい！

投稿作品募集中！

身の回りのことや農業のことを5・7・5の川柳にしてみませんか？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 キョンキョンさん

梅雨明けて
合う人ごとに
「暑かねえ〜」

PN さざんかさん

雨暑さ
外出前の
デイーボタン



おたより

皆さんからいただいたお便りを一部抜粋して紹介します。

上内小学校の田植え体験楽しそうですね。私も子供の頃、水がきれいに張られた田んぼで、白いシミーズ1枚で遊び、親からカンカンに怒られました。子供はどろんこ遊びが大好きです。(大牟田市 70代女性)
さすがに全身泥だらけにはなりたくないです。顔まで泥まみれになった子供達を見て若いて素晴らしいと思いました。(稗田)

表紙のシャインマスカット立派でとってもおいしそうです。1回は食べて、母のことば「初物食べると75日長生きする」を思い出して命をのびたいです。(瀬高町 70代女性)
ぜひこの機会にシャインマスカットを購入して、食べてみてください♪長生きしましょう！(稗田)

表紙のシャインマスカット美味しそうですね。さわやかな夏を感じられます。同じグリーンでも我が家の稲たち、長雨に負けず、がんばって育っています。新役員の皆様もどうぞガンバッテください！(大牟田市 60代女性)
シャインマスカットに負けず劣らず、立派なお米を作っているんですね。暑さ対策をしっかり行い、体調を崩されないよう頑張ってください。(桑原)

表紙にドーンと農業後継者の方がのって、頼もしく感じます。みやま市が「農」でもっともっと発展するように願っています。(高田町 60代男性)
いつもは一人で登場して頂くパターンが多いのですが、前回表紙では若手生産者の皆様にご協力頂きました。とても頼もしかったですよね。(桑原)

7月号まちがいがしへの答えとプレゼント当選者

7月号プレゼント当選者
花島きり江さん 河野 絹子さん
古賀 知子さん 小宮 尚美さん
松尾 照代さん

当選おめでとうございます！

応募総数 29 通、正解 27 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！

7月号の答え



- 1…家がレンガ造りから木造になっている
- 3…雄花が1株長くなっている
- 6…トウモロコシがかじられている
- 8…帽子のバッジの文字が違う
- 11…ボトルが増えている



自己改革通信！ JAの自己改革の取り組みをお届けします！

ベトナム行政職員が天敵の導入方法を視察

JAみなみ筑後は7月21日、ベトナムからの視察を受け入れ、行政職員18人が視察研修へ訪れました。農業普及の参考とするため、管内のなす生産概況、ほ場を視察しました。天敵の導入状況を実際に現地で見ることが目的です。
同JA瀬高選果場で担当者より、なす部会の概要について説明後、瀬高なす部会阿部幹夫部会長のほ場を見学しました。
視察先で参加者らは、天敵の導入方法や栽培技術の説明に対して熱心にメモを取ったり質問したりしていました。参加者は「手入れがしっかりされており、安全で生産に適した状態で、1本ずつ丁寧に気持ちを込めて作業をしているのが分かる。天敵を利用した害虫防除・病気対策をする方法は、環境にも良く、日本だけでなく世界にも影響すると感じ、感銘を受けた」と感想を述べていました。
JAみなみ筑後は、今後も安全・安心で高品質ななすの生産に向け、視察研修受け入れも行い、生産量向上に努めていきます。



7/18 出荷規格の統一を図る 現物見ながら意見交換



JAみなみ筑後は、管内のみやま市山川町にある甲斐田泉さんのハウスで2023年度いちじく「とよみつひめ」の集荷説明会を開きました。
適切な採取方法や選別する際の注意点、現在の生育状況や今後の管理について説明をしました。現物を見ながら出荷規格の統一を図り、品質基準の確認を行いました。高品質ないちじくの生産に向け、生産者らはJA担当者と意見を交わしながら耳を傾けていました。

7/14 魅力あるいちご経営を目指して 品質管理の徹底を図る



いちご部会は同JA本店で、第24回通常総会を開き、全2議案を審議し原案通りに承認しました。
2023年度は、シーズンを通して安定出荷を図るため作型分散や生育及び天候に応じた栽培管理、品質管理の徹底を図ることを決めました。合わせて、生産技術の向上及び栽培技術の高位平準化や栽培履歴・GAPシートの記帳徹底など生産対策8項目と、パッケージセンター独自規格による有利販売など販売対策7項目を対策の基本としました。また、青年部が部会を牽引し産地の発展を担い、新規生産者の加入が促進されるような「魅力あるいちご経営」の確立を目指します。

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



☆9月の運勢☆

【全体運】 上昇運です。少し気がせくかもしれませんが後半を待った方がうまくいきやすいとき。前半は準備に力を入れて

天秤座 9/23~10/23 【健康運】 頑張り過ぎて疲労をためがち。休憩を入れて

JA SS 瀬高セルフSS・高田SS・山川SS限定 

PayPay
クーポンを
事前にゲット!



[付与上限]
500ポイント/回
1,500ポイント/期間

*付与されるPayPayポイントは、PayPay / PayPayカード公式ストアでの利用可能。出金・譲渡不可 *多数のキャンペーンが適用される場合、付与率は最大66.5%となります。詳細はPayPay HPをご覧ください
【クーポン発行】全国農業協同組合連合会
【販売受託者】PayPay株式会社



PayPayでお支払いをすると

PayPayポイント

最大 **10%** 戻って
クーポン

2023.9.1 ▶ 9.30

3回まで

(早期終了する場合があります)

きれい☆女性部

大牟田『大蛇山まつり』へ参加!

7月22日、女性部大牟田支店部員とJAみなみ筑後大牟田地区役職員合わせて60名にて、大牟田大蛇山まつり『万人の総踊り』に参加しました。女性部の参加は4年振りという事もあり、「厳しい暑さで体力的に大丈夫だろうか？」などの不安もありましたが、みなさん元気良く『新鮮野菜・食と農』をアピールし炭釜節と大蛇山ばやしを踊りました。踊り終えた時には緊張感もほぐれ、笑顔と笑い声が溢れていました。お疲れ様でした。



JAみなみ筑後女性部員募集!

女性部へのお問い合わせ 営農企画課 **63-8813** 前原・松石

南
筑
後

見
聞
録

みなみちっこ
けんぷるく



今月のおすすめ料理

旬の料理



カリフローレの チーズフリット

【材 料】2人分

- カリフローレ …………… 100g
- 薄力粉 …………… 80g
- A パルメザンチーズ …… 20g
- 炭酸水 …………… 100ml
- 塩 …………… 少々
- サラダ油 …………… 適宜
- ハーブミックス …… 適宜

【作り方】

- ①Aの材料を合わせ、冷蔵庫に入れておく。
- ②カリフローレを小房に分け、①にくぐらせ、180度に熱したサラダ油で揚げる。
- ③キッチンペーパーで油を切り、器に盛り付け、上からハーブミックス、パルメザンチーズ(分量外)をかけて出来上がり。



THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS 日本農業新聞 電子版

新聞よりお得!!
月額料金 **2,403円** (税込)

機能と使い方   Q&A (よくある質問) 

電子版でできること

-  **いつでも、どこでも**
スマホやタブレットで、情報収集ができます。
-  **クリップ機能で記事を保存**
気になる記事を最大200件まで保存できます。
-  **過去記事検索が30日分**
見逃した記事もさかのぼって読むことができます。
-  **スマホでも見やすくリニューアル**

読覧期間が7日分から
30日分に大幅拡大

紙面ビューアーの特長

-  **読みやすさ、そのまま**
いつもの紙面と同じレイアウトです。
-  **文字を大きく**
紙面を拡大・縮小できます。
-  **紙面丸ごと印刷できる**
大事な記事の保存やスクラップに役立ちます。

net 7/24 米市況
青果(野菜・果実)、花、畜産などの全国主要市場での取引結果を即日公開します。

●初回のみ、購読開始月は月末までの料金がかかりません(無料期間中の解約はできません)。
●電子版は個人向けサービスです。法人プランはございません。なお、法人代表者が個人でお申し込みいただくことは可能です。

電子版のお問い合わせやお申し込みは、お近くのJAまでご相談ください。



☆9月の運勢☆

【全体運】責任ある役回りを引き受けて。大変でもやりがいがあり、人望を得られます。目標は大きく持って。買い物に吉

【健康運】目の疲れからくる肩凝りや首の痛みに気を付けて



☆9月の運勢☆

【全体運】イライラすることが多そうですが改善へと向かう過程です。原因を調べて対処しましょう。協力者が現れる予感

【健康運】規則正しい生活を心がけて。お酒はほどほどに

【みかん】 高品質果実生産に努めましょう



- **摘果**…早生は仕上げ摘果の時期(8月中下旬) ※樹勢維持、中玉生産、高品質化、隔年結果の防止を図るため、枝別摘果を重点に行います。
- **カルシウム資材の散布**…樹勢維持、果皮強化(浮皮防止)、品質向上を目的とします。時期は極早生、北原早生は9月初旬まで、その他の品種は出荷時期の1ヶ月前までに散布します。最低3回散布してください。
- **フィガロンの散布**…初期糖度を上げる目的で使用します。散布後に晴天が続くことが見込まれるタイミングで散布します。 ※樹勢低下に直結するので樹勢の強弱を確認した上で、散布します。
- **病害虫防除**
- **黒点病**…樹冠内部にある枯れ枝は発生源となりますので必ず除去します。薬剤散布から20~30日経過、あるいは積算降水量が200~250mmになると薬剤効果が無くなります。散布間隔や降水量に注意して防除を行います。また、極早生の収穫期が近くなってきますので、薬剤の散布時期と総使用回数に注意します。又、散布のタイミングは降雨前です。注意してください。



果樹指導係 瀧上 幸亮
山川選果場 (Tel: 67-1211)

- **かいはよう病**…かいはよう病は強風を伴う雨等により発生が増加します。台風接近の前後や雨風が強くなるタイミングで防除を行います。特に苗木は感染しやすいので注意が必要です。
- **カメムシ**…園地によって発生が異なりますので、園地の環境や飛来状況を確認して防除を行います。
- **カミキリムシ**…7月以降は産卵期に入ります。高濃度で株元散布を行うと効果的です。薬剤の登録内容に従って使用します。

【果 樹】 収穫選別の徹底

【ぶどう】

- **ハウス管理**…収穫後の園地では、早期落葉防止対策の防除の実施と、樹勢回復のため、礼肥を行います。
- **収穫**…収穫に入る果実は、着色が良好で内容が十分なものから収穫を行います。黄緑系品種は、収穫時期が難しい為、食味を行い良好なものから収穫します。
- **トンネル・露地栽培**…着色系(巨峰・ピオーネ)では副梢を2~3枚残し摘心します。黄緑系(シャインマスカット)では果面の障害(かすり症)を防ぐため、副梢を4~5枚残しやや暗めにします。
- **土壌管理**…排水対策及び乾燥対策でのかん水の実施。
- **病害虫防除**…べと病・スリップス類・ハダニ類・ケムシ類の防除

【イチジク】

- **収穫**…適熟収穫の徹底を図ります。過熟果等は病害虫の発生の原因となりますので、園外へ持ち出して下さい。
- **枝管理**…摘心後に出る副梢は2~3枚残し摘心して下さい。
- **土壌管理**…土壌状態に応じて灌水は定期的に行なって下さい。
- **病害虫防除**…ショウジョウバエ・ハダニ類、疫病、黒かび病、酵母腐敗病、さび病、黒葉枯れ病



果樹指導係 坂田 照明
高田選果場 (Tel: 22-5453)

【キウイフルーツ】

- **枝管理**…棚面の枝が混み過ぎると、病害虫の発生や落葉の原因となるため、混み合っている所は切除し、園内に木漏れ日がさす程度で管理します。
- **防風対策**…棚の補強及び防風網、防風樹の整備。
- **排水・灌水対策**…園内の排水対策実施、また高温乾燥が続く場合は定期的に灌水を実施して下さい。苗木については、乾燥対策として敷藁やマルチ等の実施。
- **日焼け対策**…棚面が明るすぎる部分では果実の日焼け対策として陣笠の実施。
- **病害虫防除**…果実軟腐病・クワシロカイガラムシ・キウイヒメヨコバイ・カメムシの防除

【スモモ】

- **施肥**…収穫後は、樹勢回復のため礼肥を行います。ただし、樹勢が強い樹への施肥は減らすか施用を控えます。
- **新梢管理**…日陰を作っている不要な徒長枝の除去。ただし、長大化した側枝等の枝抜きは樹勢低下につながるため、冬期に切除します。
- **収穫後の灌水**…収穫後に高温、乾燥が続くと、枝や花芽の充実不良に繋がりますので、定期的な灌水の実施。
- **病害虫防除**…黒斑病予防



【いちご】 花芽分化確認後の定植を!!



- **定植**…畝を作った後は、定植までビニル被覆(べたかけ)をしておく。定植前には、必ず花芽検鏡を行い、分化を必ず確認した後に定植を行う。適正な株間、条間で植付けを行う。(株間23~25cm・条間50~55cmを確保)。早い作型ほど高温時期での定植となるので、活着促進や根傷みの防止のため、事前に寒冷紗を被覆し、定植後7日間程度遮光しておく。果房はクラウンの傾いた方向(ランナーの反対側)に伸びるので果実を成らせる方向にやや傾けて定植する。
- **定植後の管理**
- **寒冷紗被覆による遮光(2番果対策)**を行なう。黒寒冷紗600番(遮光51%程度)。寒冷紗被覆を行うと、1番花房の出蕾が遅れず2番花房の分化促進が期待できる。尚、曇雨天などが続く場合は、軟弱徒長の原因となるので早めに除去を行う。(被覆時期の目安:9月25日頃から10月20日頃まで)
- **かん水**…定植後のかん水は、頭上からのかん水が活着促進に効果的である。定植後2週間程度は、根の発生を促すためクラウン部が適度に湿るよう少量多回数でかん水を行う。
- **病害虫防除**…今後、発生が予想される病害虫
害虫:アブラムシ・オオタバコガ・ハダニ類・シロイチモジヨウ 病害:炭そ病・うどんこ病
- 害虫は、発生初期に防除を行い、病害は、定期的な予防防除を徹底する。
- 本年は、うどんこ病の多発が懸念されるため、定植前の徹底防除を行う。

【グリーンアスパラガス】 健全葉の確保(維持)

- **適切な温度管理**…ハウス妻面やサイドは開放し、肩換気を併用して換気を行う。ハウス内が30℃以上の高温が続くと株がストレスを感じ、曲がりや穂先の過剰生育、タケノコ茎など生育異常茎の発生が多くなるので換気に努める。
- **健全葉の確保**…翌年の春芽に悪影響を及ぼす為、健全な葉(緑色でツヤのある葉)を維持するよう管理を行う。(液肥の葉面散布等で回復を図る。)9月中旬以降の追加立茎は、養分のみを消耗し貯蔵養分の増加には結び付かないため、遅くとも9月上旬までとする。
- **かん水と追肥**…親茎の状態と表土の状態を良く観察を行ない、少量多回数かん水で管理を行う。(かん水の目安:1~3日毎に2~3t/10a)追肥は、窒素成分で2~3kg/10aを2週間に1回施用。
- **病害虫防除**…今後、発生が予想される病害虫



いちご指導係 馬場 憲二
高田選果場 (Tel: 22-5453)

- 害虫:ハスモンヨウ・オオタバコガ・シロイチモジヨウ等の夜蛾類 コナジラミ類・ハダニ類・カメムシ類
病害:斑点病・褐斑病・茎枯病
- 害虫は、発生初期に防除を行い、病害は、定期的な予防防除を徹底する。

※今後、台風の接近や突発的な大雨等も予測されるので、事前に対策を行っておくこと。

【水稲】

- 紋枯病やいもち病が昨年発生した場合は、今年も発生する可能性があります。
- ウンカ類は、初期の発生が少ない場合も、増殖を防ぐために防除を実施します。

【大豆】

- 中耕・培土は、播種後15日頃(本葉3枚頃)と、25日頃(本葉5枚頃)に実施します。
 - ふ化直後のハスモンヨウの幼虫が群生する白変葉を除去し、ほ場内での拡散を防止します。
 - 8月中旬頃から、発生に応じてハスモンヨウの防除を実施します。
- 水稲・大豆の詳細については、各栽培こよみ、防除速報などを参照してください。
- 普通作指導係 桑野 夏樹
農畜産課 (Tel: 63-8814)
- ※防除速報に記載しております農業に関しては、各GCに問い合わせの上、ご購入いただきますようお願いいたします。



☆9月の運勢☆

【全体運】 見られていることを意識して行動を。注目を力に変えられます。相談は年上の人にと吉。行動はスピーディーに

水瓶座 1/20~2/18 【健康運】 筋トレやシェイプアップに力を入れて。効果大



☆9月の運勢☆

【全体運】 好調運です。ラッキーが舞い込む予感。ピンチに思えることもより活躍するためのきっかけです。前向きに捉えて

山羊座 12/22~1/19 【健康運】 腰痛、関節痛は早めにケアを。サポーターが吉



JA共済にご加入のみなさまへ 住宅等の建物修理に関する トラブルにご注意ください!

こんな勧誘に
ご用心!

- 1** うその理由での請求を勧められた!
「台風が原因と言えば問題ないですから」と、**うその理由**で
共済金請求をするように勧められた!
- 2** 法外な解約料金を請求された!
見積書の金額が高すぎるので、知り合いの業者に頼もうと思ひ解約しようと
したら、**高額な解約料金**を請求された!

＜ご注意＞

「共済金使える」と言って勧誘されたケースでの
建物修理に関するトラブルが増加しています。このような勧誘については鵜呑みにせず、
必ず建物修理契約を締結する前にJAにご相談ください。契約後であってもクーリング・オ
フできる場合があります。なお、トラブルになった場合には、国民生活センターや消費生活
センターで相談を受け付けています。

JAみなみ筑後ホームページで、 6次化商品、青果物販売中!

JAみなみ筑後 ネットショップ



ホームページに
アクセス!



スマホはこちら

愛たい日 15

7月～訪問状況～ **38%**
各支店合計正組合員訪問率
(訪問戸数4,878件うち面談戸数1,773件)

編集後記

女性部大牟田支店部員の皆様と大牟田大蛇山まつり『一万人の総踊り』に参加しました。4年振りの参加ということで、久しぶりの祭りでもとても楽しかったです。私は着ぐるみ担当だったので、一段と暑かったです。(桑原)

初めて『一万人の総踊り』に参加してきました。久しぶりにお祭りの雰囲気を楽しませて嬉しかったです。来年こそは私の好きな出店が復活していることを祈っています。(稗田)

理事会だより 7月27日開催 第2回理事会

■付議事項

- 第1号議案 経営所得安定対策における麦の数量払交付金の一部立替払いについて
- 第2号議案 ディスクロージャー誌の開示について
- 第3号議案 業務委託契約における利益相反取引の承認について
- 第4号議案 大牟田支店建設委員会設置及び建設委員の選出について

■付経営検討事項

(1)令和4年度6月末実績について

■報告事項 15件

■総合展示会2023開催いたします!

日時:令和5年9月8日(金)9:00~16:00
9日(土)9:00~16:00

今年も高田選果場・高田グリーンセンター前広場で
総合展示会を開催いたします。

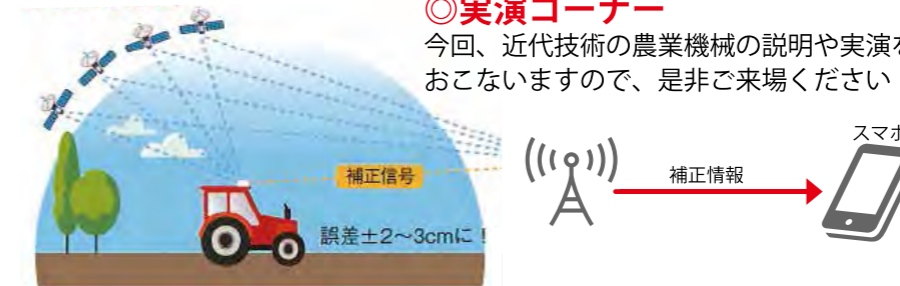
農機・車両・肥料・農薬・園芸資材等を2日間限りの
大特価にて販売です。



自動操舵装置・ドローンなどつかえます。

◎実演コーナー

今回、近代技術の農業機械の説明や実演を
おこないますので、是非ご来場ください!



問合せ先

JAみなみ筑後 高田グリーンセンター
TEL: 0944-22-3218

※実演会につきましては、

瀬高農機	TEL:0944-62-3205
山川農機	TEL:0944-67-0665
高田大牟田農機センター	TEL:0944-22-6354

■山川地区廃ビ・廃ポリ回収について

例年、9月中旬に行っていた山川地区の廃ビ・廃ポリの回収は、山川選果場で回収することが困難となりましたので、日程と場所を変更することとなりました。大変ご不便、ご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしくお願い致します。

■回収日:令和5年11月下旬

日程が正式に決まり次第、広報誌にてお知らせ致します。

■回収場所:山川ライスセンター

※分別回収に皆様のご協力とご理解をお願い申し上げます。

JAバンクアプリ

スマホアプリから、口座残高がすぐ確認できる。

アプリの
ダウンロードは
こちらから



<https://www.jabank.org/app/>

JAバンクアプリ

JAバンクアプリに関する
お問い合わせはこちら

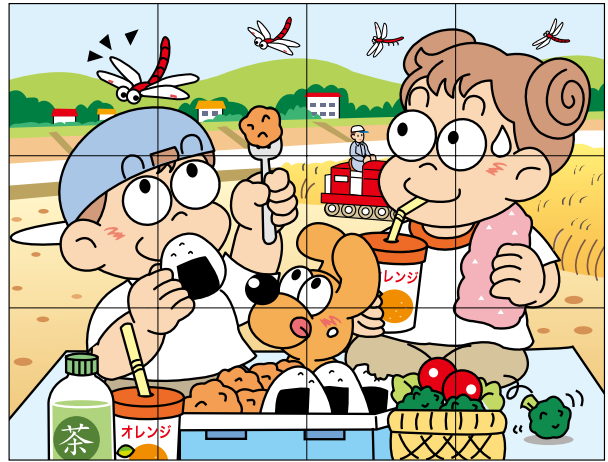
JAネットバンクヘルプデスク

0120-058-098

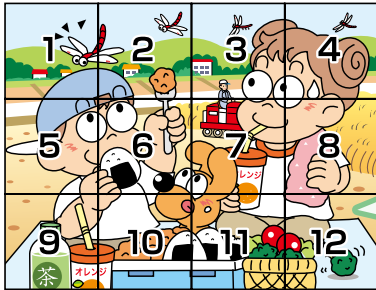
お問い合わせ時間
平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00

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次化商品スプレゼント!



出題・イラスト:酒井栄子



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5年8月28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・事業所までお持ち下さい。
(持ち込みの際は切手は不要です。)
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。)

お子様やお孫さんのお名前でお応募いただく場合は正組合員さんの氏名と続柄をお書きください

<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)

835-8501
 総務課
 JAみなみ筑後
 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

大牟田市 きど たくみ
いちじく部会 城戸 匠さん (35)

★ひとこと 今年、いちじく生産3年目になり、本格的に収穫が始まるので、見た目、味、共に良い物を作れる生産者になりたいです。

いちじく部会は、部会員12人で1.3畝を栽培。安全・安心な果実の生産を図り、生産管理の徹底による高品質生産に取り組んでいる。



JAみなみ筑後ネットショップはこちらから
6次化商品が買えるよ!!



<https://minamickg.thebase.in/>