

JA 北九の「今」を届ける広報誌

JA だより

またきゅう

つなぐ、はぐくむ、あなたの未来へ。JA 北九

2024
7

Vol.177

7月の訪問日

★ 25(木)

★ 26(金)

★ 29(月)



梅雨の大雨に
ご注意くださいわー!!

- 02 農の匠 ▶ 本田 修一 さん(キュウリ部会) 芦屋町
10・11 特集 ▶ ジメジメ暑い季節は要注意! 住まいのカビ対策



contents

- 02 農の匠
本田 修一さん(芦屋町)
- 04 今月のJAさん
女性部の活動報告
- 05 フォトスケッチ
直売所総会 など
- 06 北九トピックス
「小倉の桃太郎」トマト出荷開始 など
- 08 経済部だより
- 09 声をつなぐ!! TAC通信
- 10 特集
ジメジメ暑い季節は要注意!
住まいのカビ対策
- 12 組合員、読者のみなさまの趣味などを紹介
I like...!!
楽菜クッキング
- 13 スマイルキッズ・理事会だより
くらしに1粒 豆知識
- 14 JA北九からのお知らせ
- 15 おたよりコーナー、訃報・やすらぎ会館PR
クロスワードパズル
- 16 JA北九合併 15周年記念定期貯金

農の匠

Master of agriculture

本田 修一

ほんだ

しゅういち

さん(83)

(キュウリ部会) 芦屋町



取り組みを実践

悪天候でも生産できる

キュウリをつくり続け30年以上、

キュウリをメインに多品目栽培

キュウリ部会に所属する本田修一さんは、20代のときに就農し、ダイコン、キュウリ、キャベツをはじめ、多くの品目を露地栽培してきました。以前に比べると栽培品目は少なくなりましたが、現在もキュウリを主力にダイコン、カボチャ、カブ、グリーンボール、ネギなど、共販のほか直売所へも出荷できるようにと、変わらず多品目野菜を作っています。

なかでもキュウリは、30年以上前に部会を発足した当時から加入しており、毎年約10トを共販出荷しています。

悪条件での生産に苦悩

キュウリは直射日光に弱く、葉に隠れて実をつける野菜です。また栽培する環境も昼間と夜間で寒暖差があり、比較的乾燥した場所であれば根の活動や実の詰まり具合が良くなり、風味も深くなるといわれています。そのため、近年続く天候不良のもとでの栽培は、病気やキズ、曲がりの原因につながっています。また追い打ちをかけるように生産資材の価格が高騰し、「農家歴50年以上でこれほど生産しにくい環境になるとは思わなかったよ。やっぱり自然には勝てんよね」と苦悩を話す本田さん。



田に浮かせたカボチャ栽培をしています

天候に左右される品目だからこそその取り組み

キュウリ部会は悪天候のもとでの生産を考慮し、今年から新たな取り組みを開始しました。毎年、梅雨入り頃と出荷最盛期が重なることから、耐病性もあり最後まで安定した収量が確保できる品種へ変更しようと試験的に栽培しています。

「少ない苗で一定の収量を取れる品種の方が生産はもちろん、資材の節約にもつながるからこうした取り組みは大事」と話す本田さん。今後について何うと「息子夫婦と孫も農家なので、タイミングをみてバトンタッチしたいね」と最後まで優しい笑顔で応えてくれました。



部会全体で話し合い取り組みをおこなっています

JA北九 公式アカウント

生産者向け LINE



「JA北九 TAC通信」では、さまざまな営農経済情報を配信していきます。



旬な情報をお届けします!

Instagram



フォトスケッチ PHOTO SKETCH

JA北九で行われた活動を写真でプチ報告

5/7 大豆部会総会



元部会長の五郎丸岩勝さん(真ん中)から表彰を受ける森盛義さん(左)

大豆部会は、遠賀営農経済センターで総会を開催しました。令和5年度活動報告・収支決算、令和6年度活動計画・収支予算案などすべての議案が承認されました。



5/13 赤シソ部会出荷協議会



赤シソ部会は、遠賀営農経済センターで出荷協議会を開催し、共販出荷開始を前に今後の栽培管理や共販要領について確認しました。今年は、65,000本の出荷を予定しています。



5/14~ 直売所総会



各直売所出荷者の会は総会を開催し、令和5年度活動報告・収支決算、令和6年度活動計画・収支予算案について審議、承認しました。また、直売事業の理念について共有するなど、より一層JAと出荷者で連携し直売所の運営に取り組んでいきます。



5/20 キャベツ・ハクサイ部会総会



キャベツ・ハクサイ部会は、遠賀営農経済センターで総会を開催し、令和5年度活動報告・収支決算、令和6年度活動計画・収支予算案などすべての議案が承認されました。また、総会に先立ち開催された販売反省会では、市場関係者より情勢報告がありました。



5/17 ブロッコリーほ場巡回



西部営農経済センターは、北九州普及指導センター職員と4月下旬に定植したブロッコリーのほ場巡回を行いました。目立った病害虫被害は見られず、生育は順調でした。



5/21 河内小学校田植え体験



大蔵支店管内の河内小学校の児童を対象に田植え体験学習を行いました。管内の中村英幸さん指導のもと米作りについて学び、田植えを行いました。9月頃に稲刈り体験を予定しています。



5/24 若松トマト共同選果開始



若松区で栽培するトマトの共販出荷に取り組む生産者は、共同選果を開始するにあたり、目合わせ会を開催しました。生産者と市場関係者、選果パートで色味や傷の有無などから選果基準を確認しました。



5/27 イチゴ部会育苗講習会



イチゴ部会は、育苗講習会を開催し、北九州普及指導センター職員より今後の栽培管理のポイントについて説明がありました。また、昨年からの炭そ病が多く見られたため、梅雨入り前の早めの防除作業を行うように注意喚起がありました。



5/17~29 新入職員農業体験研修



5月17日から29日までの期間中、若松育苗センターで令和6年度4月入組の新入職員を対象とした農業体験研修を実施しました。この研修は、所属している部署を離れ、育苗作業などを体験することにより、農業への理解を深めようと毎年実施しています。営農職員指導のもと、組合員より予約注文を受けた水稲苗の緑化や硬化作業を行いました。



今月のJAさん

JA北九管内の事業所のJA職員や組織部員さんをご紹介します!



遠賀営農経済センター
遠賀営農一課
むらかみ りょうた
村上 良太

遠賀営農経済センター



住所：遠賀郡岡垣町糠塚 354
TEL：093-282-5678

入組12年目で、これまでは金融店舗で主に渉外を担当してきました。今年から遠賀営農一課に配属となり、米・麦・大豆を担当しています。これまでとは全く違う業務内容ですが、同僚に教えてもらいながら、一日でも早く組合員の力になれるように知識をつけていきます。

趣味は車や友達と旅行に行くことです。最近、ハウステンボスや靖国神社に行きました。今後も日本国内の色々な場所へ行きたいです。



最近納車した車



▲ハウステンボス



▲旅行で訪れた靖国神社

女性部の活動報告



5月15日 水巻支店女性部
商品研修&映画鑑賞



水巻支店女性部は、商品研修と映画鑑賞を開催しました。あったかファミリー商品のメーカーの方がニビシ醤油を使った味噌汁の試飲や、鳥越製粉の国産米粉入りホットケーキミックスを使ったクッキーの試食などを交え、商品説明を行いました。その後、瀬戸内寂聴の「99年生きて思うこと」を鑑賞しました。

5月15日 草だんご作り



石田支店女性部は、家の光記事を活用した草だんご作りを行いました。レシピを参考に上新粉や白玉粉、きび砂糖などを混ぜ合わせて作り、出来上がった草だんごは、竹串に刺さず、そのまま器に盛っていただきました。

5月15・23日 緑のカーテン



西部地区女性部は、15日に大蔵支店、23日に木屋瀬支店で、支店入口に温暖化防止となる緑のカーテン(ゴーヤ苗)を植えました。夏の日差しを和らげ、支店内の温度上昇を抑え、消費電力の削減になり、SDGsやエコにつながる取り組みです。

5月21日 第73回
JA福岡県女性協議会通常総会



▲表彰状を受け取る松本すが子代表部長

第73回JA福岡県女性協議会通常総会がアークロイヤルホテル福岡天神にて開催され、JA北九女性部の役員ら4名が出席しました。総会では、あったかファミリーキャンペーン表彰としてJA北九も表彰を受けました。総会後には、福岡県女性協議会リーダー学習会が開催され、JA女性組織活動体験発表などが行われました。



山本集出荷場



遠賀町



集荷作業



八幡西区



バケツ稲



遠賀宮農経済センター

岩崎部会長(右)から表彰を受ける浪松さん(真ん中)と花田さん(左)

農業用廃プラスチック類回収

5月14日、山本集出荷場で農業用廃プラスチック類の回収を実施しました。回収前には注意事項として、プラスチックとビニールを分別して持参し、苗箱や肥料袋は結束、パイプは既定の長さにカットして持ち込むように広報誌やHPなどで周知。組合員が持ち込んだ廃プラスチックや廃ビニールなどを職員が計量し受付、約1.5トンを回収しました。

J A北九内で、独自におこなっている農業振興支援策の一環として、農業廃棄物の適切な処理を奨励するため、回収処理した廃プラスチック類や廃農業の回収費用の各三分の一以内(最大1万円)を支援しています。管内各地区でも10月から12月にかけて、日程を組み回収を予定しています。

大麦「はるか二条」・小麦「チクゴイズミ」収穫開始

麦作部会は遠賀郡・中間市で栽培する大麦「はるか二条」と小麦「チクゴイズミ」の収穫を行いました。

生育については、冬季から春先にかけての長雨の影響で湿害による生育抑制などが心配されましたが概ね順調。集荷も始まり、遠賀宮農経済センターに併設したカントリーエレベーター(大規模乾燥調製貯蔵施設)へ部会員が収穫した麦をトラックで持ち込み、J A職員が受付、集荷対応を行いました。

同部会では、令和6年産麦のJ A全農ふくれんとの契約数量を大麦「はるか二条」約914トン、小麦「チクゴイズミ」約606トンとしています。荷受後は、同施設で24時間体制で乾燥・調製を行い、検査を経て6月中旬以降、J A全農ふくれんへ出荷予定です。

参加した児童たちは、水を張ったバケツに土を入れ、ためらいながらも手を泥の中に入れて熱心に作業しました。昨年「家庭教育学級」で体験した田植えが役立ち、手際よく植えていました。児童たちからは、「田植えより簡単だった」「稲刈りまで待てない」といった感想が出ました。植えた苗は9月上旬に収穫予定です。

5月11日、管内の木屋瀬市民センター「わんぱく広場」は、食農教育の一環としてバケツで稲づくりを行いました。「わんぱく広場」では、年間を通してニュースポーツや餅つきなど様々な活動をしています。

木屋瀬小学校の1、6年生の児童と保護者38人が参加し、組合員の近藤新さんも指導者として参加し、児童たちにコツを教えながら、苗を植えました。

総会前には情勢報告会を開催、J A全農ふくれん職員から麦の情勢や需給見通し、実需者からの意見・要望の報告が行われました。今後も講習会や現地巡回、各種研修会などを通じ、消費者のもとに高品質な麦を届けられるように栽培管理に努めていきます。

5月25日、小倉南区でエフコープ生協の組合員を対象としたサツマイモの定植と田植え体験が開催され、23組の家族が参加しました。

参加者は小倉南区の岡野恭さんの指導のもと、鳴門金時、紅はるか、シルクスイートの3品種を植えました。田植えでは、田んぼに1列に並び、目印に沿って泥だらけになりながら手作業で田植えを行い、参加者からは、「初めての体験で、米作りの大変さが身に染みて分かりました」などの声がありました。今後は、8月下旬に田んぼの観察会を行い、10月中旬ごろにサツマイモの収穫と食比べを予定しています。

エフコープ生協農業体験

北九トピックス

JA北九での行事や活動をご紹介します

「小倉の桃太郎」トマト出荷開始

5月31日、ハウストマト共同選果利用組合は北九州市小倉南区の山本集出荷場で、ハウス栽培している「小倉の桃太郎」トマトの出荷目合わせ会を開催しました。

出荷目合わせ会には、選果パートも参加し、実際に生産者が収穫したトマトを手に取り、大きさやキズの具合、果肉の色味など、細かな選果基準を市場関係者も交え、確認しました。

5月29日に初出荷を迎えた「小倉の桃太郎」は、2022年に販売力の強化を目的にブランド化した影響もあり、地元のプロダクトを取りたいという市場関係者から問い合わせが寄せられています。今後は、より消費者に信頼され、安全・安心を届けられるように県GAPにも取り組んでいく予定です。

第12回女性大学開校式・第1講ヨガ教室

J A北九は、5月30日、本店で第12回女性大学開校式を開催しました。

開校式では、女性大学学長の森克己代表理事組合長と松本すが子女性部代表部長が挨拶し、受講生を激励しました。同日実施した第1講では、金澤麻衣さんを講師に招き、ヨガ教室を行いました。電気を消し、暗闇の中で行うことで、人目を気にせずゆっくりと身体をほぐし、リラックスする事ができました。

女性大学は農業体験や健康づくり活動、視察研修などを通じて、仲間づくりや自分磨き、女性部組織および地域活性化を目指します。今年度はそば打ち体験や農業体験、多肉植物の寄せ植えなど充実した全6講座のカリキュラムを計画しています。

5月29日、岡垣町の特産品「高倉びわ」を生産しているびわ部会は、吉木集出荷場で出荷目合わせ会を開催しました。等級ごとに並べられたびわを見比べて、玉の大きさ、玉ぞろい、キズの有無といった選果選別基準、出荷規格、パック詰めの方法などを確認。早苗泰博部会長は、「出荷が始まってから現在までは品質の良いA品を多く出荷出来ているため、最後までこの品質を維持できるように病害虫対策に加え、鳥獣対策も徹底して行うように」と呼びかけました。

同部会のハウスびわは3月から出荷を開始。露地びわは今年の暖冬の影響で例年より出荷最盛期が早まり、ピークは6月上旬頃を見込んでいます。

「高倉びわ」目合わせ会

5月29日、ハウストマト共同選果利用組合は北九州市小倉南区の山本集出荷場で、ハウス栽培している「小倉の桃太郎」トマトの出荷目合わせ会を開催しました。出荷目合わせ会には、選果パートも参加し、実際に生産者が収穫したトマトを手に取り、大きさやキズの具合、果肉の色味など、細かな選果基準を市場関係者も交え、確認しました。

5月29日、岡垣町の特産品「高倉びわ」を生産しているびわ部会は、吉木集出荷場で出荷目合わせ会を開催しました。等級ごとに並べられたびわを見比べて、玉の大きさ、玉ぞろい、キズの有無といった選果選別基準、出荷規格、パック詰めの方法などを確認。早苗泰博部会長は、「出荷が始まってから現在までは品質の良いA品を多く出荷出来ているため、最後までこの品質を維持できるように病害虫対策に加え、鳥獣対策も徹底して行うように」と呼びかけました。

エフコープ生協農業体験



山本集出荷場



本店



暗闇でヨガ教室



吉木集出荷場



小倉南区 田植え



サツマイモ定植



農薬使用の注意点!

暑い日が続き、作物への病気や害虫の発生も増えて、防除対応に追われていることと思います。そこで、安全防除のための「農薬使用における5つの注意点」をご説明いたします。

①農薬散布時の服装

帽子、長袖、マスク、ゴム手袋などの着用をお願いします!

これからの季節は大変暑くなりますので、「熱中症」に気を付けつつ、なるべく肌の露出を防ぎましょう。
また、防除保護具はJAでも取り扱っております。在庫状況や価格などにつきましては、最寄りの購買店舗へお問い合わせ下さい。



②周囲への配慮

薬剤が飛散する可能性があるため、予防・配慮をお願いします。

③農薬の目分量による計量はしない

農薬は使用作物ごとに希釈倍率が定められています。

間違った倍率での散布は残留農薬基準に影響がでる可能性があるため、ラベルを確認し、適正な使用量を守りましょう!

④使う分だけ用意する

希釈して使用する農薬について、作りすぎには注意しましょう!

余った場合は、散布ムラの調整など保有場内で使い切って下さい。

⑤道具の後片付け

噴霧機等は、必ず洗浄してから片付けましょう!

洗浄をせず片付けると、道具の劣化や次回使用時に違う薬剤と混ざる恐れがあります。

電動カート試乗会 開催のお知らせ

皆様のご要望もあり、昨年度に引き続き「電動カート試乗会」を開催させていただきます。今年度はより多くのお客様にご案内させていただく為に、各金融店舗にて実施いたします。

日程に関しましては、広報誌の折り込みチラシをご確認ください。ご不明点がございましたら、各購買店舗にお問い合わせください。

皆様のご来場を心よりお待ちしております。

7月開催予定

- 7月10日(水) 10:00~13:00 香月支店
- 7月17日(水) 10:00~13:00 木屋瀬支店

※雨天時は中止となる場合がございます。ご了承ください。



声をつなぐ!!
TAC通信
TOKOTON ATTE COMMUNICATION

TACロボは赤しそ部会と遠賀町から生産を引き継いだ「赤しそドリンク」の作戦会議中です

遠賀営農経済センター

これは生産者と赤しそファンとの距離が近づく絶好のチャンス!

TACロボならどうPRする?

遠賀の赤しその素晴らしさを知ってもらいましょう!

夏がくると遠賀の農家は、その家々の赤しそドリンクを作ります!

赤しそ部会が自家採種で品質を守り続けている「芳香赤しそ」は赤しその中でも抜群の香りと発色ですよ!!

手塩にかけ育てた「芳香赤しそ」をふんだんに使った農村の夏をみなさんにお届けします!!

わあ TACロボが赤しそ色になった!

JAの直売所やスーパーや食品店などで「赤しそドリンク」をお買い求めください!

詳しくは赤しそドリンク 遠賀で検索!

水や炭酸だけでなく、焼酎やヨーグルトもオススメです

子供の頃おばあちゃんが作ってくれたなア

季節の味ね!

おっ赤しそドリンクじゃん

JAの直売所で買ったの

わい

住まいのカビ対策

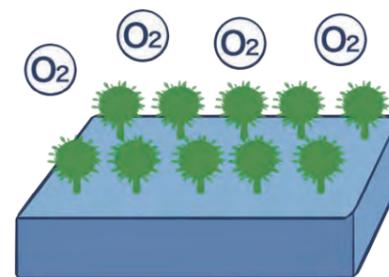
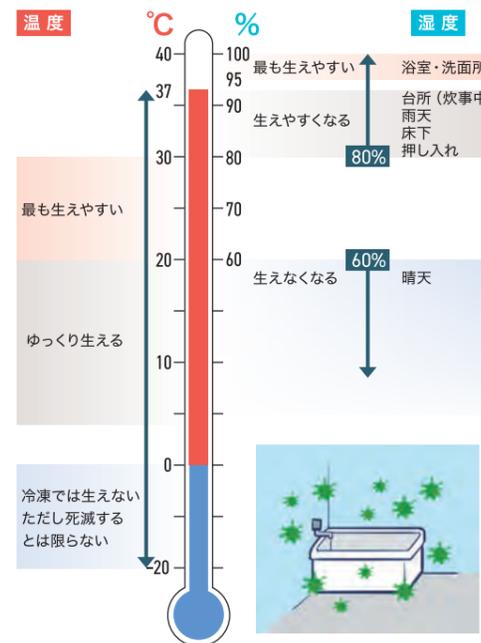
カビは見た目や臭いだけでなく、家族の健康面からも心配……。しっかりと対策して快適な住まいをキープしましょう!

カビはなぜ生えるの？

温度 カビが最も増殖する温度は20〜30度。20度以下の低い温度でもカビはゆっくりと生える一方、30度を超えると限られたカビしか生えませんが、雨が多くジメジメした季節はカビに要注意。湿度が60%以下になるとカビは生えなくなります。カビも生き物なので、生きるために最低限の水は必要なのです。

湿度 雨が多くジメジメした季節はカビに要注意。湿度が60%以下になるとカビは生えなくなります。カビも生き物なので、生きるために最低限の水は必要なのです。

酸素 カビは酸素がないと生えませんが、カビが物体の表面によく生えるのもそのためです。酸素は人間にも必要なので、取り除くことは難しいですね。



カビ対策のポイント

カビが発生する条件を一つでもなくせばOK。ターゲットは「湿度」です。

換気 窓や扉を開けて通気・換気を心がけましょう。換気扇やサーキュレーターを使って空気の流れを作るのも有効です

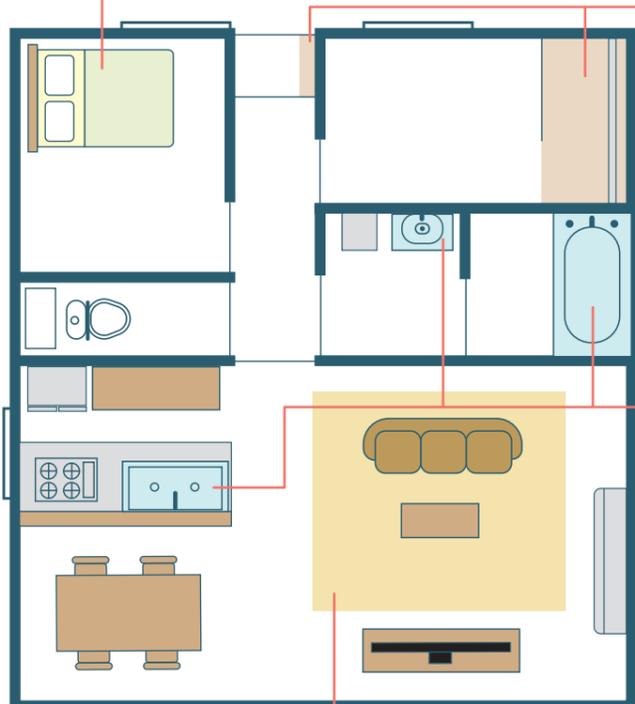
湿度60%以下 湿度は60%以下が目安です。除湿機などを使用して、できるだけ一定に保ちましょう

清掃 小まめな清掃を心がけましょう(特に5〜10月)。掃除機を使うのはもちろん、こびり付いた汚れはぬれた雑巾で拭き取ります。拭き取った後は乾燥を忘れずに

家中のココが気になる！カビ予防と対策

敷布団、マットレスなど

敷布団は汗を吸収します。床や畳の上に布団を敷きっ放しにしておくと、その間に水分がたまってカビが生えやすくなりますので、万年床は厳禁。天気の良い日には外に干しましょう。マットレスやベビーベッドの底板も、風通しの良い場所に立てかけてよく乾燥させましょう。表面の少しの部分であれば消毒用エタノールなどで対処できます。



クローゼット、押し入れ、靴箱など

収納部は普段閉め切っていることが多く、夏場は特に湿度も温度も高くなりがちです。収納量に気を付け、定期的に扉を開けて風通しを良くしましょう。衣替えに合わせて、たまったほこりを除去しましょう。市販の除湿剤も効果的ですが取り替えを忘れずに。靴は泥や汚れをしっかりと落とし、箱や紙袋に入れずに収納しましょう。

板の表面に生えたカビが粉っぽく見える(胞子がいっぱい作られている)場合は、消毒用エタノールなどで対処できます。

キッチン、浴室、洗面所など

水回りには、食品のかすやせっけんかす、髪の毛、あかなどカビの餌がいっぱいです。汚れやごみをためず、小まめに掃除しましょう。台所のシンク周りの水はねも最後にしっかりと拭き取るなど、水たまりを作らない心がけが大切です。

浴室のカビや排水溝のぬめりには、塩素系漂白剤が効果的です。市販の次亜塩素酸ナトリウム剤で、まな板や布巾を消毒しましょう。

カーペット、畳

畳は天然のイ草でできており、湿度が高い状態が続くとどんどん吸湿してしまいます。布でできているカーペットも同じです。天気の良い日は窓を開け、風通しを良くして十分に乾燥させましょう。表面の少しの部分なら消毒用エタノールなどで対処できます。

エアコン

定期的な清掃を心がけ、ドライ機能を上手に使用しましょう。

紫外線

紫外線に長時間当たるとカビは死滅します。布団やシーツを天日干しすることで太陽光中の紫外線によって殺菌できます。カビが生えた場合はあらかじめ他の方法で殺菌した後、乾燥を兼ねて天日干しするのがお勧めです。



湿熱

カビは100度近くの熱湯をかけるとすぐ死滅します。衣類ならスチームアイロンをかけるといいでしょう。ただしカビは乾燥状態の熱には強いので、布団乾燥機は予防には効果がありますが、一度生えてしまったカビを死滅させることはできません。



消毒用エタノール

濃度70%以上の消毒用エタノールはカビによく効きます。乾いた場所に、薄めずにしっかりと吹きかけてください。吹きかけた後は拭き取らずそのままにして、しっかりと乾燥させましょう。扱いやすい殺菌剤ですが、カビの菌体や色素は除去できません。



次亜塩素酸ナトリウム

壁などによく効きます。100〜200ppmの濃度(水1Lに対して100〜200mg)で使用しましょう。使用後は水でよく洗い流すことを忘れずに。漂白作用もあるためカビによる色素も同時に除去できます。※さびや変色の原因になるため、消毒後は必ず水拭きしてください。他の薬品と混ぜると有害物質が発生する危険があるため絶対に混ぜないでください。



ゴム手袋

薬剤で手が荒れないように着用してください。

マスク

カビの胞子をできるだけ吸い込まないようにしてください。

準備

カビ退治(カビを死滅させる)には次の方法が有効です。薬剤の取り扱いに十分注意の上、作業してください。

カビが生えてしまったら？

イラスト:信吉
監修:NPO法人カビ相談センター
<https://www.kabisoudan.com>

理事会だより

第2回 定例理事会

日時 令和6年5月29日(水)9:30~
場所 本店2階会議室1
全議案が可決、承認されました。

議案

- 第15回通常総代会運営要領について
- 「JA北九 自己改革実践プラン」について(案)
- 第15回通常総代会における報告事項について(案)
 - ①JA北九 農業ビジョンについて
 - ②総代会決議事項の処理状況について
- 令和6年度子会社の事業計画について

報告事項

- 令和6年度4月末主要事業実績について
- 6月行事予定について
- 令和5年度子会社の決算報告について
- 令和6年度組合員優待券の実施について
- 令和5年度自己資本比率について
- 令和5年度自己査定結果について
- マネー・ローンダリング及びテロ資金供与対策に係る取組状況並びに報告徴求命令に基づく行政庁への報告について
- 不祥事再発防止策取組状況報告書(4月分)について
- 信用事業規程に定める大口信用供与先の経営状況等の報告について
- 年度末賞与の支給結果について
- その他



ちとせ
長女 **千歳** ちゃん(4歳)

お父さん・お母さん

わだ ようへい
和田 陽平 さん
ともみ
知美 さん

父母からのコメント

ご飯をたくさん食べて、
元気いっぱい遊んでね

組合員、読者のみなさまの趣味や
大切な〇〇をご紹介しますコーナー

I Like...!!



中間支店管内

吉田 靖子さん(81歳)
よしだ やすこ

小さい頃から地域の祭りなどで盆踊りをしてきたことがきっかけで踊りに興味を持ち、藤間流の踊りを始めて、今年で40年目になります。現在、下大隈里おどり保存協会の会長を務めています。コロナ禍の影響で活動の機会が減ったものの、各市町村などから依頼があったときには、藤間流の踊りを披露しています。



藤間流「藤間浩之華」

今後の楽しみ

靖子さんは、日本舞踊である藤間流の名取で、「藤間浩之華」として活動しており、自分の教えた生徒たちが、里おどりを続け、舞台上で披露する姿を見るのが楽しみだそうです。



舞台上踊る靖子さん



木屋瀬芸術祭下大隈里おどりの様子
北九州市立長崎街道木屋瀬宿記念館所蔵

JAとの繋がり!

両親が農家をしており、生まれた時から農協がとても身近にあり、今でも利用しています。

くらしに1粒の
豆知識



梅雨の時期におこる頭痛、だるさなどの不調を「気象病」といいます。気温、気圧、湿度などの変化により、自律神経のバランスが乱れることが原因です。今回は、自律神経のバランスを整える効果が期待できる栄養素をご紹介します。

■ **ビタミンB6**

ニンニク、肉、魚などの動物性食品に含まれるビタミンB6は、日中優位に働く交感神経の興奮を抑える働きがあります。精神を安定させる働きがある神経伝達物質のセロトニンの原料の合成に欠かせない栄養素です。ビタミンB6は、皮膚の新陳代謝を高める働きがあるため、美しい肌を目指している人は、積極的に取ると良いでしょう。ガーリックパウダーを炒め物やスープに入れると手軽にビタミンB6が取れます。

おいしく食べて美しく
おいしく食べて梅雨の体調不良対策

■ **ビタミンD**

キノコ類、しらす干し、イワシなどに含まれるビタミンDは、セロトニン分泌を増やす働きがあります。ビタミンDは神経伝達物質の生成に関わる栄養素です。不足するとうつ病のリスクが高まります。ビタミンDは日光を浴びると体内で合成されるため、朝ベランダに出たり、散歩をするとうれいでしょう。しらすをご飯の上のせて食べたリ、野菜と一緒に炒めるとおいしくビタミンDが取れます。

■ **テオブロミン**

チョコレートやココアなどに含まれるテオブロミンには、自律神経のバランスを整える働きがあります。成分です。トーストやヨーグルトにココアパウダーをかけるとうれい成分が取れます。

自律神経のバランスを整えるためには、規則正しい生活も大切です。早寝早起きを心がけましょう。

楽菜 手軽に作れる cooking



初夏の野菜の
チキン南蛮風

- ボウルにタルタルソースを作り、ゆで卵をつぶし、材料を混ぜ合わせておきます。
- フライパンにサラダ油を180度に熱し、料理酒と塩をもみ込んだ鶏もも肉に片栗粉をまぶし唐揚げにしてボウルに入れ、ポン酢を回しかけます。
- 皿に②を盛り付け、タルタルソースをかけ、トマトとキュウリをちらし出来上がり。

材料(3人分)

鶏もも肉唐揚げ用	6個	ポン酢	大さじ2
料理酒	大さじ1	トマト(さいの目切り)	1個
塩	小さじ1	キュウリ(乱切り)	1/2本
片栗粉	適宜	マヨネーズ	大さじ2
サラダ油	適宜	酢	小さじ1
●タルタルソース		砂糖	小さじ1/2
ゆで卵(固ゆで)	2個	キュウリ(粗みじん切り)	1/2本
		ミョウガ(輪切り)	1個
		こしょう	少々



初夏の野菜の
ペペロンチーノ

- フライパンにオリーブ油、ニンニク、アンチョビフィレ、タカノツメを入れ、弱火で5分ほど温め、タカノツメを取り出します。
- 鍋に1Lの湯を沸かし、塩13g(分量外)を加えてスパゲティをゆで、ゆで時間の1分前にあげます(ゆで汁は取っておきます)。
- ①のフライパンにゆで上がったスパゲティを入れ、ゆで汁を大さじ3ほど加え、中火にかけ、ゆで汁を吸わせておきます。
- ボウルに合わせたあえ衣と③のスパゲティを入れて混ぜ合わせ、皿に盛り付け、塩・こしょうを振って出来上がり。

材料(2人分)

スパゲティ(1.6mm)...	100g
ニンニク(みじん切り)...	1片
アンチョビフィレ...	1枚
タカノツメ...	1本
オリーブ油...	大さじ2
●あえ衣	
キュウリ(すりおろし)...	1本
トマト(1cm角切り)...	1個
ミョウガ(輪切り)...	2個
大葉(千切り)...	10枚
ナンプラー...	小さじ2
レモン汁...	小さじ2
塩・こしょう...	適宜

JAで年金をお受け取りの皆様へ

年金振込をご指定の方々への特典

年金受給者の同居のご家族様を対象に葬儀や法要に係るサービス・特典がご利用いただけます。

葬儀にかかる費用 + 葬儀及び法要に伴う仕出し料理 **5% OFF**

※年金友の会(年金受給者)以外の方は「やすらぎ会員(特典付き定期積金・定期貯金)」へ加入されますと同様の特典・サービスが受けられます。

組合員特典

祭壇・お棺・お骨壺・霊柩車20%程度割引など

※この他に、様々な特典やサービスがございます。

当JA組合員は、組合員特典+年金友の会割引が、お得です。

JA北九やすらぎ会館

海老津斎場 水巻斎場 遠賀駅前斎場
フリーダイヤル 0120(282)505 0120(202)699 0120(293)404
若松斎場 小倉斎場 八幡斎場
フリーダイヤル 0120(791)303 0120(422)731 0120(619)570
<http://www.ja-kitakyu.or.jp/>

直売所での買い物、安くて安心して購入させていただいています。初めて広報誌「きたきゅう」を見させて頂き、活動内容を知りました。これからも楽しみにしています。
(岡垣町 O・Yさん)

広報誌を読んでいただきありがとうございます！直売所の情報は、毎週月・金曜日にJA北九のInstagramで情報発信しているのは是非フォローお願いします！

おたよりコーナー

新入職員の紹介記事が良かったです。新入職員の新鮮さが伝わり、読書も心が爽やかな気分になります。自分の昔を回想できる貴重な時間です。新人さん、頑張って。
(大阪府 O・Hさん)

新入職員の紹介があり、これからの活躍を期待したいです。
(中間市 I・Kさん)

新入職員の紹介の抱負に気が引き締められました。私も初心に戻って仕事に励みます。

TAC通信にありましたが、昨年かからカメムシが全国的に多いとの事で、生き物であるとはいえ、かわいそうですが、天敵ですね。
(愛知県 K・Hさん)

今年も多くのカメムシの発生が予想されています。地域全体で防除を徹底していきます！

訃報

令和6年5月の葬儀のうち、喪主の方の承認をいただいた故人名を掲載しております。

謹んでご冥福をお祈り申し上げます

高崎 ツルコ 様 遠賀町老良 大庭 キミコ 様 若松区大字有毛
池田 紀樹 様 遠賀町大字若松 岩木 徹也 様 若松区東二島
村上 孝子 様 遠賀町島門

クロスワードパズル

出題:ニコリ

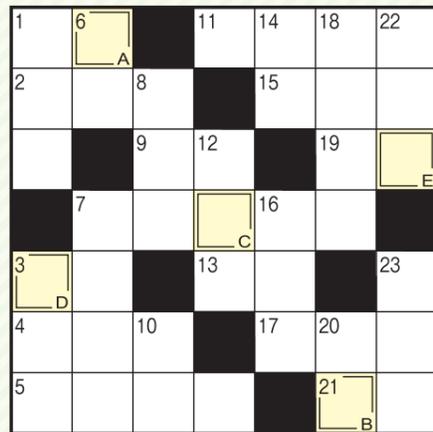
ヨコのカギ

- 七夕の短冊を付ける植物
- 鳥が羽ばたかせるもの
- 東北地方で牛のこと
- だしじゃことも呼ばれます
- ひ孫の子どもです
- ロンドンの——空港は英国最大の国際空港です
- ポンポンと地面で突いて遊びます
- 高校球児が試合をするときに履きます
- ピザにあるものは傾いていることで有名です
- シャンブーの後で使う人もいます
- 侍が腰に差していたもの
- ふり構わずがむしゃらに取り組んだ
- 漢字などに付ける小さな文字

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

- 小説を書く人をこう呼ぶことも
- 貼り合わせて合板を作ります
- アジやイワシと並んでよく食べられる青魚
- 天の川を渡って織り姫に会いに行きます
- 春がスプリングなら夏は
- 目に見える範囲のこと
- 手首のこと。——バンド
- 2024年の夏季五輪が行われる都市
- 渡り——を通過して隣の校舎へ行った
- アウトターの反対語
- ウイスキーはこの中で熟成します
- 病気の治療や予防に使われます
- 打ち上げ——、線香——



答え A B C D E

クイズ応募者の中から抽選で3名様にプレゼント!

読者プレゼント

直売所、購買店舗でも使える「農協全国商品券」1000円分

当選者
梅田 清春 様
谷本 美子 様
古谷 笙子 様

プレゼント応募・お便り投稿方法

- 住所②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号
- クイズの答え⑥「きたきゅう」に対するご意見ご感想を必ずご記入の上、次の宛先までご応募ください。

ハガキ 〒807-1263 北九州市八幡西区金剛2丁目3-3 JAだより「きたきゅう」読者のページ係

FAX 619-2381

メール kouhou@ja-kitakyu.or.jp

※個人情報、賞品の発送のみに使用します。※お便りは割愛または補足させていただくことがあります。

応募締切

7月22日(月)
(消印有効)

7月の年金相談会

日程	場所	相談時間	連絡先
7月13日(土)	遠賀支店 (芦屋支店と合同開催) (遠賀町今古賀631-5)	9時~12時	☎293-2500

年金についての疑問・質問に専門の社会保険労務士がご相談をお受け致します。

- 年金手帳
- 年金証書
- 年金加入記録のお知らせ
- 年金請求書
- 印鑑

①~⑤をご持参いただくとより詳しく相談できます。

※事前に電話にて予約をお願いいたします。

7月の無料税務相談会

※ご相談希望の方は事前に電話でご予約ください

対象地区	日程	場所	相談時間	連絡先
西部地区	7月8日(月)	不動産センター (八幡西区穴生1-8-2)	9時~12時	☎644-0233
遠賀中間地区	7月10日(水)	遠賀支店 (遠賀町今古賀631-5)	9時~15時	☎293-2500
東部地区	7月12日(金)	西中支店 (小倉南区徳吉西1-4-11)	9時~12時	☎451-1014

令和6年度 JA北九新入職員

新しく入組した職員です。よろしくお願いします!



たかやま さとし
高山 聡史

配属先 折尾支店 趣味/特技 読書・ゲーム
抱負・意気込み 地域の活性化に貢献できるように精一杯頑張ります!



ごとう ゆえ
後藤 侑愛

配属先 小倉支店 趣味/特技 釣り
抱負・意気込み 明るく元気に地域のみなさまのサポートをしていけるよう頑張ります!

JAグループ福岡は、人権問題啓発に取り組んでいます

人権問題啓発に取り組んでいます

人権とは、私たちが人間らしく生きるための権利で、すべての人に共通して備わっている権利です。JAグループは、同和問題をはじめとする人権問題に対しJAが自らの問題として積極的な取り組みをおこなっています。7月1日(月)から31日(水)までを「同和問題啓発協調月間」とし、身近に起こっている差別や職場内での人権問題、地域や家庭問題に対する取り組みの徹底や意識向上を図ります。私たちが取り組むべき人権問題に気づきましょう。

13の人権の課題

高齢者、女性、子ども、障がいのある人、アイヌの人々、外国人、犯罪被害者など、同和問題(部落差別)、HIV感染者・ハンセン病患者など、刑を終えて出所した人、インターネットによる人権侵害、北朝鮮当局に拉致された被害者など、その他の人権課題(ホームレス・性的指向など)

最新の営農経済情報をタイムリーにお届けします!

「JA北九 TAC通信」では、さまざまな営農経済情報を配信していきます。例えば...
・営農情報・病害虫情報
・稲作情報、稲作ごよみ・経済情報
などなど、ホームページなどに掲載している情報をいち早く配信いたします!

JA北九 LINE 公式アカウント
友だち登録をお願いします!



ご利用の際は、ソーシャルメディアポリシーをご覧ください。

登録方法が不明な場合は、お気軽に職員までお尋ねください。

LINE 農業者・正組合員向け 営農情報を発信



15周年記念 定期貯金

感謝の花咲く
15周年



©よりぞう

【お取り扱い期間】令和6年4月1日(月)～令和6年8月30日(金)

おかげ様で15周年 感謝を込めた特別金利

お預入期間

3年

年利

0.3% (税引前)

ご利用いただける方

個人取引先で組合員及び
組合員にご加入いただける方

対象商品

スーパー定期貯金
大口定期貯金
(いずれも新規の自動継続定期貯金)

お預入期間

3年

お預入金額

50万円以上

適用金利(税引き前)

3年/年0.3%

募集金額

100億円

その他

- 原則として、中途解約できません。やむを得ず中途解約される場合は当JA所定の中途解約利率により計算した利息を元金とともにお支払いします。
- お利息には2037年12月31日まで復興特別所得税が適用され、20.315%(国税15.315%・地方税5%)の税金がかかります。
- 満期日以後の利息は、解約日または書替継続日における普通貯金利率により計算します。
- 期間内であっても募集金額に達した場合は、取扱いを終了させて頂く場合がございます。



QRコード

JA北九の
ホームページ
はこちらから。



@ja.kitakyuで検索



*くわしくは本・支店の窓口へお問い合わせください。