

カレシイ! タノシイ! がいっぱいコミュニケーションマガジン!

ふあみーや

JA CHIKUSHI COMMUNICATION MAGAZINE <FAMILLE>

9
SEPTEMBER 2025

JA 筑紫

vol. 626



特集

いざというとき慌てない!
子どものための応急手当て

- 1・2 筑紫の食と農
- 3・4 **特集**
いざというとき慌てない！
子どものための応急手当て
- 5・6 ふるさと掲示板
- 7 紡 ～つむぐ～
- 8 ●ゆめ畑オススメ品
●プレゼントクイズコーナー
- 9・10 暮らしのエッセイ
野菜もの知り百科
家庭菜園
- 11 ●たき蔵さんの一言
●ご飯を美味しく楽しもう！
- 12 Famille Cooking
- 13 法律＆税務相談室
- 14 おたのしみコーナー
(星占い＆クロスワードパズル)
- 15 ●JA COLOR
●あつまれ！ちくしキッズ
- 16 ●無料公証相談のお知らせ
●人間ドック・婦人科検診のお知らせ
- 17 ●女性問題特設相談所のお知らせ
●警察署つつしん
- 18 理事会報告
行政からのお知らせ
家の光紹介
編集後記
- 19 JA筑紫お知らせカレンダー



守り続けたい…

豊かな自然と歴史深い街並みが調和する筑紫野市で、若手農家として活躍する柿原宏樹さん。代々受け継がれてきた農業を本格的に始めたのは今から3年前のこと。「農業を営む祖父と父の姿を小さい頃から見ていたため、いずれは自分も…と考えていました。大人になるにつれて、受け継いできた土地を守り続けたいとの想いが強くなり、就農を決意しました」と当時を振り返ります。現在は、45aの畑を一人で管理しながら、オクラや大根、カブ、玉ねぎなど年間6〜7品目を直売所「ゆめ畑」に出荷する一方で、地元の農事組合長を務めるなど大忙しの柿原さん。「始めた当初は、ネットや本を読んで試行錯誤の日々でした。今は、先輩農家の方々と意見交換しながらアドバイスを

もらい、栽培記録として管理状況や反省点、来年への対策を講じること、より良いものを作るように頑張っています」とニコリ微笑みます。

この仕事が大好き…

パッケージのロゴ「柿原野菜」が目を引き柿原さんのオクラ。シャキシャキとした食感とみずみずしさが特徴のオクラを育てる上で大切なのは、「土づくり」だといいます。初穀や米ぬかを使って水はけの良い土壌を保つことで、安定した出荷と美味しさを追求しています。「水害で苦労した経験から、あえて品目を増やさずに、少品目多量生産にこだわっています。特に成長の早いオクラは、毎日早朝から作業が必要なため大変なことも多いですが、この仕事が

自慢の野菜を…

今後について、「もっと栽培面積を広げて、自慢の野菜をどんどん作り続けていきたい」と力強く語る柿原さんのひたむきな情熱が、これからの農業を明るく照らしてくれることでしょう。

いちおし！

ゆめ畑大野城店 店長 古賀

柿原さんが手塩にかけて育てたオクラは高品質で味も抜群です！ぜひご賞味ください♪



限界の
その先へ

野菜農家

かきはら ひるき
柿原 宏樹さん

筑紫野市

筑紫の
食と農
CHIKUSHI no SYOKU to NOU

ふあみーゆに
出てみませんか？

自薦他薦は問いません！
あなたのこだわりの
食と農にまつわるお話を
お聞かせください。



めずらしい品種・栽培方法を紹介したい
地元で頑張っている若手農家を紹介したい
こだわって作っている農産物をPRしたい

など

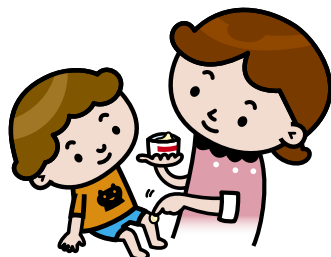
詳しくはお問い合わせください。

JA筑紫 企画広報課
TEL: 092-924-1373
メール: kikaku@ja-chikushi.or.jp

応急手当のコツ6

※応急手当は一時的な処置です。不安があるときは必ず医師の判断を仰いでください。

1 切り傷・すり傷



しっかり洗い、傷口は潤す

まずは傷口をしっかりと洗い、汚れや異物を取り除きましょう。ワセリンを塗ったり、創傷被覆剤のばんそうこう※などを活用し傷口が化膿しないよう観察を続けましょう。かさぶたができないよう潤すと傷がきれいに治るとされていますが、かさぶたができて無理に剥がさないようにしましょう。

※傷口付近を潤った環境にするためのばんそうこう

2 鼻血



小鼻を圧迫し下を向き安静に

小鼻を圧迫して下を向き、10分程度安静にしましょう。上を向いたり、あおむけになると喉に血が流れて気持ちが悪くなったり、出血が大量の場合は窒息の危険があります。ティッシュを小鼻に詰めない方が早く血が止まるとされています。

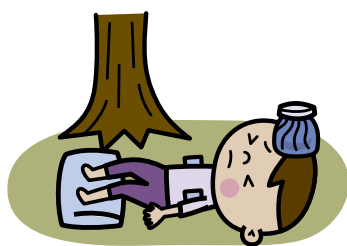
3 やけど



よく冷やし水膨れはつぶさない

流水で15～30分程度しっかり冷やします。保冷剤を使うときは皮膚に直接触れないようハンカチなどで包んでから当てましょう。水膨れができた場合はワセリンを塗り、つぶさないよう保護します。やけどの範囲が広い場合は、服は無理に脱がさず、服の上から冷やし、救急車を呼びましょう。

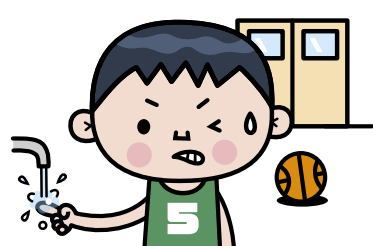
4 熱中症



体を冷やして水分補給

呼びかけに応じない場合は救急車を呼んでください。応答がある場合は冷房の効いた室内や、風通しの良い日陰など涼しい場所へ移動して衣服を緩め、氷のうやうちわなどで体を冷やしながら十分に休息を取ります。自力で水分を取れそうな場合は経口補水液などを飲ませましょう。

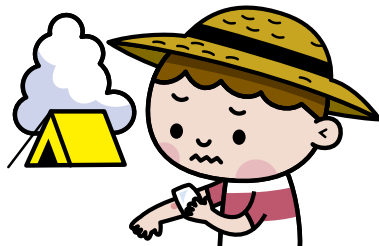
5 突き指・打撲



流水で冷やし患部は安静に

まずは変形の有無と腫れを確認しましょう。湿布や冷却シートだけでは十分に冷やすことができないため、流水や保冷剤などでよく冷やします。痛みがあるときは指を無理に動かさないよう気を付けましょう。指を引っ張ったり強くもんだりすると、炎症がひどくなる場合があるため要注意です。

6 虫刺され



かきむしらずによく冷やす

流水や保冷剤などで冷やし、かゆみをやわらげましょう。かきむしると、そこから細菌などが入る恐れがあります。また温めると皮膚の近くの血管が拡張し、かゆみが増すため気を付けましょう。患部に爪でバツ印を付けることは、一時的にかゆみを紛らわせるだけであまり効果はありません。

連絡先

#8000 (全国共通)

自治体ごとの受付時間を確認できます。

厚生労働省ウェブサイト
子ども医療電話相談事業(＃8000)について



家庭で
できる

特集

いざというとき慌てない!

子どものための応急手当

大切な家族、特に子どもがケガをしたときなどは、つい慌ててしまうものです。いざというとき、戸惑わずに対応できるよう、知っておきたい家庭での応急手当のコツをご紹介します。

応急手当の基本③力条

① 初期対応が大切。 まずは大人が落ち着こう

子どもがケガをしたときは、つい「今すぐどうにかになってしまおう」という気持ちでいっぱいになってしまふものです。

まずは一呼吸置いて、落ち着いて対応することを心がけましょう。

② 状態をよく観察し 必要に応じて記録しよう

子どもは体の不調をうまく伝えられないことが多く、また、そのときは大丈夫そうに振る舞っていても、症状が遅れて出てくる場合もあります。普段と比べて顔色が悪くないか、いつもと同じように動けるか、呼吸が荒くないかなど、子どもの様子をよく確認しましょう。

ケガの状況が分かりやすいように写真撮って置く、医師の診察の際に説明しやすいこともあります。

③ 応急手当の知識と併せて 事故予防も徹底しよう

子どもの事故の多くが家庭内で起きていますが、それらは予防できる場合が多いです。普段から事故予防を徹底してケガを未然に防ぐことも大切です。特に、幼い子どもは、朝起きなかったことが夜にはできるようになっているなど成長が早いので注意しましょう。

やけど

お茶やカップ麺などの熱い液体、加湿器や炊飯器の蒸気、電気ケトル、アイロン、暖房器具などでやけどをすることがあります。子どもの手が届かない場所に置くことを徹底しましょう。

熱中症

子どもは大人より背が低いので、地面からの照り返しの影響を受けやすく、より高温の環境にさらされています。子どもは自ら水分摂取をしたり、服の脱ぎ着などで体温の調節をうまくできないこともあるため、定期的な水分・塩分の補給と、小まめな休息を取るよう心がけましょう。

暑さ指数(環境省・熱中症予防情報サイト掲載)など、熱中症予防のための情報を活用するのもおすすめです。たとえ短時間でも子どもを車内に放置しては絶対にいけません。

手当てが多岐にわたり、知識が必要な子どもの誤飲除去や救命処置など、地域で開催されている講習会などにも積極的に参加して知識を付けておく、より落ち着いて対処できるようになります。

監修：一般社団法人つながるひろがる子どもの救急
代表・看護師 野村さち
イラスト：ゆきたけし

救急箱の中身、足りている？

見直しチェックリスト

- | | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 清潔なガーゼ | ☐ 体温計 | ☐ 綿棒 | ☐ 包帯 | ☐ 消毒液 |
| ☐ 医療用テープ | ☐ ワセリン | ☐ 虫刺され薬 | ☐ 脱脂綿 | ☐ 解熱鎮痛剤 |
| ☐ ばんそうこう | ☐ 経口補水液 | ☐ 処方薬 | ☐ 咳止め | ☐ 冷却シート |

必要なときすぐ使えるように、使用期限が近づいていないか、切れていたりするものはないかなど、定期的に見直しましょう。また、処方薬は体重や年齢によって使用量が変わるものもあります。個人ごとに用意し家族間で共有しないようにしましょう。

「休日・夜間の子どもの症状にどのように対処したら良いか」
「病院を受診した方が良いか」など判断に迷ったときにご相談を。

厚生労働省 子ども医療電話相談

各都道府県の相談窓口へ転送され、小児科医師・看護師から子どもの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院などについてのアドバイスを受けられます。





ふるさと 掲示板

ちくし農業塾開講式



J A 筑紫は7月1日、第15期「ちくし農業塾」開講式を開き、11か月間に及ぶ講義がスタートしました。塾生7名は、30〜60代と幅広い世代。講義で習得した知識や技術を生かし、直売所ゆめ畑の出荷者や生産部会の一員を目指します。

塾生は「直売所ゆめ畑にたくさん出荷できるように、しっかりと学びたいです」など一人ひとり抱負を述べました。講師を務める林三徳さんは「11か月間の講義を自分にとって価値があるものにしてほしい」と挨拶し、白水組合長は「講義で学んだことを最大限生かし、立派な出荷者となってほしいです」と塾生を激励しました。

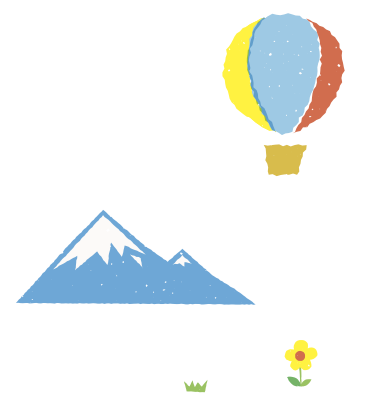


ゆめ畑出荷者大会開催

J A 筑紫は7月15日、令和7年度J A 筑紫ゆめ畑出荷者大会を開き、直売所の出荷者71名と来賓、J A 役職員が参加しました。大会は、より魅力ある直売所づくりのために出荷拡大の意識や技術向上に努めることを目的として開催されたものです。

受賞者

坂井隆之(那珂川市)
座親フミ子(太宰府市)
中嶋紘二(筑紫野市)
(敬称略)



(有)三宅牧場が ブランドチャンピオンと金賞獲得

福岡県肉用牛生産者の会は7月14日に福岡食肉市場で、令和7年度第2回福岡県肉用牛生産者の会枝肉共助会を開き、J A 筑紫肥育牛部会の(有)三宅牧場がブランドチャンピオンと金賞に輝きました。

ブランドチャンピオンを受賞した枝肉は、枝重量約588kg、金賞を受賞した枝肉は、枝重量約595kgでどちらも格付けはA5(※①)、脂肪交雑基準(BMS)はナンバー12(※②)と高評価でした。



※①:「歩留等級(A〜C)」と「肉質等級(5〜1)」の2つの組み合わせで評価される。「歩留等級」は、ロース芯面積やばらの厚さ、皮下脂肪の厚さ、枝肉重量から算出する。「肉質等級」は脂肪交雑や肉の色沢と肉の締まり及びきめ、脂肪の色沢と質の4項目から総合的に評価される。

※②:ロースに入ったサシ(脂肪交雑の度合い)によって12段階で評価される。



水稻中間管理講習会



J A 筑紫は、6月25日〜7月15日まで9日間の日程で、令和7年産水稻中間管理講習会を開催しました。これは、適正な栽培管理と高品質な米づくりを目指し、毎年行われています。講習会では、J A 営農生活部職員が、気象と生育状況を踏まえた栽培管理や



病害虫対策などを説明。参加者は、真剣な表情で資料に目を通しながら説明を聞き、水の管理などについて質問しました。担当職員は「これからの作業を安全に行い、高品質な米づくりに努めてほしいです」と話しました。



yume batake
ゆめ畑 オススメ品
旬のオススメ品を皆さまにお届けします!!

カボチャ

ゆめ畑5店舗にて販売しています。
価格は変動するため、店頭でご確認ください。

栄養満点のカボチャ

三大抗酸化ビタミンといわれるβ-カロテン、ビタミンE、ビタミンCを多く含むカボチャ。免疫力の強化や細胞の老化を予防し、動脈硬化やガンなどの生活習慣病の発症・進行を抑制するといわれており、栄養価の高さは野菜の中でもトップクラスです。



丸のままなら冷暗所で1～2か月保存が可能です。カットしたものは傷みやすい種の部分をくり抜き、ラップをして野菜室へ入れましょう。

美味しいカボチャの見分け方

- 皮にツヤがあって硬く、しっかりと重みのあるもの
- 種がしっかりと詰まっていて、果肉の色が鮮やかなもの



カボチャの塩蒸し

作り方

①カボチャ(300g)は種とワタを取り除き、ところどころ皮を剥いて、2cm角に切る。



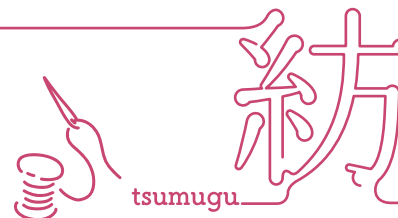
②①を蒸し器に入れて塩(小さじ1)をふる。



③蒸気が立った状態から、強火で約8分蒸す。



冷蔵庫で4日間ほど保存できます！



うえだ よしゆき かよ
上田 良之さん・佳代さん

太宰府市

上田良之さん・佳代さんご夫婦は、ギターを弾きながら歌う活動を通して、たくさんの方々に笑顔をお届けしています。



▲湯の谷西 ひまわり会にて



退職を機にギターを弾き始め、町内の文化祭に出演したことをきっかけにギターを弾きながら歌う活動をスタートした良之さん。現在は、歌担当の妻・佳代さんとともにデイサービスや自治会への訪問活動、プラムカルコア太宰府での定期ライブに出演するなど、たくさんの方々に笑顔をお届けしています。「活動を始めた当初は声がかからず何もできない日々が続いていました。このままじゃダメだ!」と思い、自分でPRチラシを配布することで活動の幅を広げ、現在は年間10回以上活動を行っています」と話します。

ご夫婦のこだわりは、「聴いてくださる方々と一緒に楽しむこと」。夫婦で意見を出し合いながら訪問先の世代や好みに合わせて昭和歌謡や童謡を演奏したり、デザインや文字のサイズを考慮した自作の歌詞カードを配布するなどの工夫を重ね、自分自身も楽しみながら参加した方と一緒に過ごす時間を大事にしているそうです。

活動について良之さんは「自分の演奏を聴いて『ありがとう』と言ってくださる方やメロディーに合わせて口ずさんで盛り上がってくださる方を見ると、続けてきて良かったなあ実感しますね。健康な限り活動を継続して、たくさんの方を笑顔にしたい」と力強く話します。そんな良之さんを支える佳代さんは「何事にも一生懸命な夫とともにこれからも頑張っていきたいです」と微笑みます。

今後の上田さんご夫婦の更なる活躍から目が離せません。



太宰府中央支店 金融渉外 大生 陸

明るく笑顔が素敵な上田さんご夫婦の活動に対する熱い思いをお伺いすることができ、大変感銘を受けました。

応募方法

住所・氏名・電話番号・クイズの答え・「ふあみーゆに対するご意見・ご感想」「今月号の好きなコーナー」をお書き添えのうえ、ハガキまたはFAX、メールでご応募ください。

〒818-8642
ふあみーゆ
プレゼントクイズ係
筑紫野市杉塚三三ー一〇
JA筑紫企画広報課

※ふあみーゆ以外へのご意見等につきましては、対応いたしかねます。ご了承ください。

※クイズの答えは、「左記問題の答え」もしくは「14ページのクロスワードパズルの答え」をご記入ください。

FAX: 092-921-5082

メール: kikaku@ja-chikushi.or.jp

※応募の締切は9月末日まで(当日消印有効)

クイズに答えて プレゼントGet!



右記の応募方法にてご応募ください。抽選で5名様に素敵なプレゼントをお贈りします!

今月のプレゼント!



もちもち子焼きうどん
【1ケース/16食入】

問題

熱中症は体を冷やして
〇〇〇〇することが
大切です。

○部分に入る文字をお答えください。

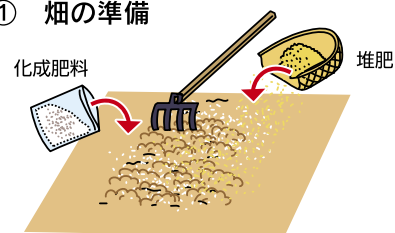
※賞品の発送をもって、当選者の発表に代えさせていただきます。
当選された方には、10月中旬に賞品をお届けいたします。

家庭菜園

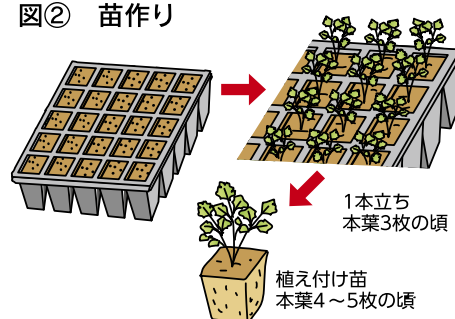
コリアンダー（パクチー） エスニックな香りと味を楽しむ

園芸研究家 成松次郎

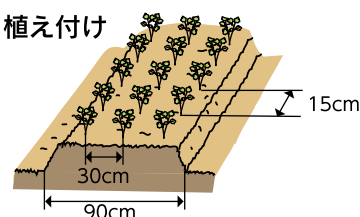
図① 畑の準備



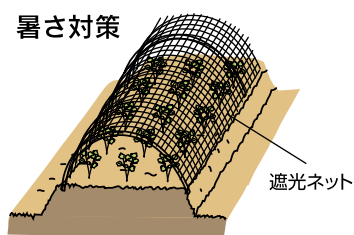
図② 苗作り



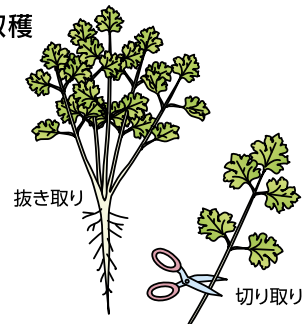
図③ 植え付け



図④ 暑さ対策



図⑤ 収穫



コリアンダーは地中海原産のセリ科野菜。中国ではシャンツァイ、タイではパクチーと呼ばれ、中華料理やエスニック料理に欠かせない食材です。比較的冷涼な気候を好み、夏は高温を避けるため、遮光するとよく育ちます。

冬を除いて周年栽培できますが、種播きに適しているのは春（4月）と秋（9月）です。収穫は種播き後約2か月で始められます。

【畑の準備】事前に1㎡あたり苦土石灰200gを菜園全体に散布して耕しておきましょう（図①）。その後、堆肥2kgと化成肥料（NPK各成分10％程度 100g）を施し、土とよく混合し、幅90cmのベッド（栽培床）を作ります。

【種播き】ペンチなどを使い、種を軽く押して割れ目を入れ、一晩水に浸すと発芽が早まります。小型の連結ポットや7.5〜9cmポットに4〜5粒播き、5mm程度に浅く覆土しましょう。一つの殻に二つの種が入っているため、通常1粒から2株発芽しますが、その後間引いて本葉4〜5枚の1株立ちの苗に仕上げます（図②）。間引きは残す株を傷めないように根元をはさみで切り取りましょう。

【植え付け】幅90cmのベッドでは条間30cmの溝を3条に切り、苗を約15cm間隔で植え付けます（図③）。【灌水】水分を多く必要とするため、土が乾いたら少量を回数多く灌水しましょう。夏の暑さ対策には50％程度の遮光ネットでトンネル被覆し（図④）、夜間や曇雨天時は取り除くのが良いでしょう。終日遮光をする場合は20％程度を使います。

暮らしのEssay Essay of Living

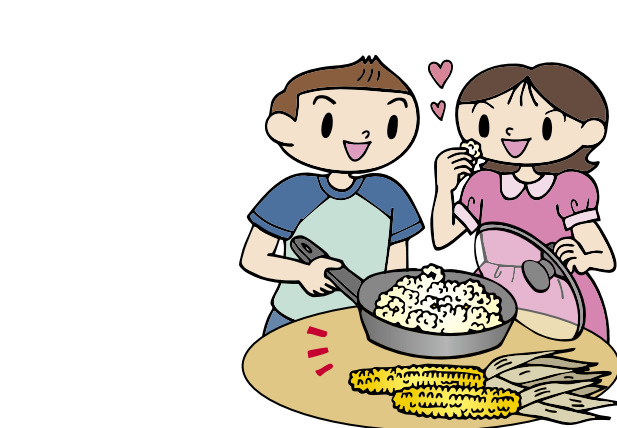
野菜もの知り百科

ポップコーン

トウモロコシにはスイートコーン（甘味種）、ポップコーン（爆裂種）、フリントコーン（硬粒種）、デントコーン（馬歯種）などがあります。

ポップコーンは草丈2m以上にもなり、生育旺盛なため、1株で2本の収穫が可能です。種播き後4か月くらいで、雌穂の包皮や茎葉が完全に枯れてから収穫します。収穫後は包皮を剥いて、軒先につるすなどして半月くらい乾燥させると、常温で1年以上保存できます。乾燥させたポップコーンはスナック菓子「ポップコーン」の原料で、穂から粒を指で剥がして、バターを溶かしたフライパンで炒ります。

1本の穂の実で井2杯くらいの量に膨らみます。フライパンに蓋をしないと、はじけたポップコーンが所構わず飛び散ってしまふため注意が必要です。胚芽、胚乳、外皮が除去されていない全粒穀物のため、食物繊維やミネラルが多く含まれ、ダイエツト食品にもなります。



土壌医 藤巻久志

たき蔵さんの一言

豊かな作物づくりに
役立てよう!



秋冬野菜の播種時期となる9月は、残暑が厳しいため、昨年と同じ時期に播いたからといって必ずしも良いとは限りません。気象状況を把握し、播種と作付けの適期を外さないように種子や圃場を早めに準備しましょう。また、植え付け後の活着と初期生育を促すために灌水は十分にいき、病虫害の予防処置も必ず行いましょう。

野菜の種類、品種に適した播種と 植え付けの準備

野菜の種類と品種に適した播種と植え付け適期を確認します。ブロッコリーやキャベツ、タマネギは、早生に中生、晩生と品種群によって播種と植え付けの適期が異なるため、注意が必要です。セル成型苗の場合は、ブロッコリーやキャベツなどで本葉3〜4枚時の植え付け適期を外すことがないように、圃場を準備しましょう。

灌水と殺虫粒剤や 灌注薬剤の活用

秋冬野菜の大きな収穫物を得るには植え付け後、十分な灌水をして活着と初期生育を促し、大きな外葉を作る必要があります。

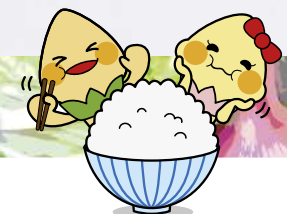
ブロッコリーやキャベツ、ハクサイ、レタス類は、害虫防除効果が3〜4週間ほど継続する粒剤が灌注薬剤を育苗後期または定植時に処理しましょう。

ダイコンやニンジンなどの根菜類は、播種前の未熟堆肥が岐根の原因になるため、堆肥投入は前作で行い今作では控えます。また、ダイコンやカブは、被害が多いキスジノミハムシ対策として、播種の時に殺虫粒剤の土壌混和を忘れないようにしましょう。

台風への備え

- 圃場周辺の排水対策を行いましょう。
- 圃場周りに防風ネットまたはソルゴーを作付けし、強風被害を回避しましょう。
- 果菜は強風前に幼果まで収穫しましょう。
- 誘引棚を強化し、ネット被覆または誘引ネットで被覆しましょう。

ご飯を美味しく楽しもう!



新米は水分が多いわけではない?

米・食味鑑定士／お米ライター 柏木 智帆

新米が待ち遠しい季節になりました。新米は水分が多いため炊飯時は水を少なめに、といわれることがあります。確かに、お米によってはみずみずしさや柔らかさ、粘り強さなどの違いがありますが、必ずしも水分が多いわけではありません。

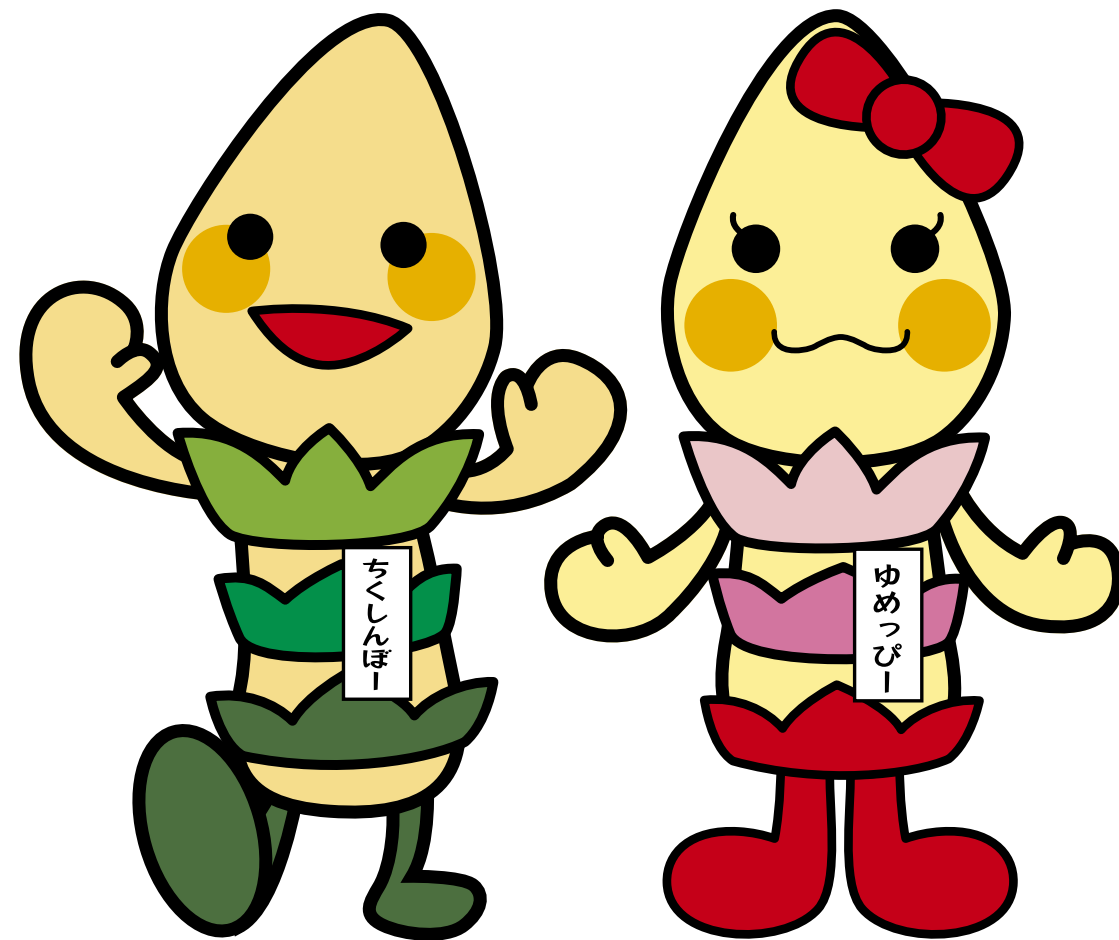
一般的に収穫後のお米は機械乾燥で水分値を15%前後まで落とします。1年経った古米は新米に比べれば保管状況次第で水分値が減る場合もありますが、基本的にお米はしっかりと温度と湿度が管理された環境で玄米のまま保存されているため、大幅に水分が飛んでしまうことはありません。

新米がみずみずしく柔らかめに炊き上がるのは、収穫したてのお米は細胞壁やでんぷんを囲むアミロプラストと呼ばれる膜が柔らかいことで炊飯の熱が入りやすくなり、お米の水分が落ち着いていないためです。水分値が15%前後といっても、全てのお米が同じ数値になるわけではなく、14%のお米もあれば

16%のお米もあるなど、ばらつきがあります。その差異は急乾燥させたお米ほど顕著で、早刈り米に多い「活き青(いきあお)」と呼ばれる未成熟米は17%だったり18%だったり水分値が高い傾向です。

一方で、冷蔵で1年寝かせた古米は米粒同士の水分が移動して均一になるため、米粒の水分値の差異が少なくなります。そして細胞壁やアミロプラストの膜が硬化する他、タンパク質の構造が変質して熱によるでんぷんの崩壊が小さくなるため、粘りが少なく硬くなりやすいです。

新米は水を少なめに炊くという方法自体に間違いはありませんが、お米の質はそれぞれですから新米といっても一様ではありません。みずみずしく柔らかめに炊ける新米もあれば、そうでない新米もあります。まずは通常通りに炊いてみてから、水量を加減して炊飯することをおすすめします。



ちくしんぼー

ゆめっぴー

JA 筑紫マスコットキャラクター

平成25年に誕生した、JA筑紫のマスコットキャラクター「ちくしんぼー」(男の子)と「ゆめっぴー」(女の子)。管内の様々なイベントなどに積極的に参加し、地域の皆さまとふれあうことを楽しみにしています。

JA筑紫は今後も、マスコットキャラクターと一緒に明るく安心な社会づくりに尽くし(つくし)ます。応援よろしくお願いします。

9月星占いあなたの運勢

モナ・カサンドラが占う

あなたのしめこーな



牡羊座 3/21～4/19

【全体運】しばらくの間、肩の荷を下ろせます。この機会にできることをやっておきましょう。次の一手を考えての行動が吉
【健康運】疲れたら休憩を。持病の再発に気を付けて
【幸運の食べ物】サツマイモ



牡牛座 4/20～5/20

【全体運】順調な進展が見られます。様子を見ながらゆっくり進めると◎。レジャーにはこだわって。観光地にツキ
【健康運】水分をしっかりと取って。トイレは我慢しないこと
【幸運の食べ物】ツルムラサキ



双子座 5/21～6/21

【全体運】判断力が素晴らしい時期ですが、周囲があなたのスピードに付いていけないかも。気配りを見せると成果が出ます
【健康運】よく保湿して肌の調子を整えて
【幸運の食べ物】ナス



蟹座 6/22～7/22

【全体運】良好運ですが欲張りになってしまいがち。趣味を楽しんだら次は仕事とメリハリをつけて。講習会には参加を
【健康運】気にし過ぎは良くありません。気分転換を
【幸運の食べ物】サトイモ



獅子座 7/23～8/22

【全体運】周囲からの助けもあり思いの外順調に進みます。感謝の気持ちを示しつつ手を取り合っていきましょう
【健康運】かぶれそうなものは遠ざけて。風邪予防が◎
【幸運の食べ物】ブドウ



乙女座 8/23～9/22

【全体運】運勢は吉凶混合。問題が再燃しても慌てないように。より完成度を高めるための試練と考え落ち着いて対処を
【健康運】運動不足に気を付けて。友人とのスポーツが◎
【幸運の食べ物】栗



天秤座 9/23～10/23

【全体運】上昇運。強い反発は次第に収まってきます。意見は丁寧に伝えましょう。感情的にならないければ好結果を得られます
【健康運】睡眠をしっかりと取って。目を大切に
【幸運の食べ物】マツタケ



蠍座 10/24～11/22

【全体運】調和が取れるようになり大きく進展。気負わずに淡々と役目を果たして。周囲があなたの価値に気付きます
【健康運】靴は履きやすさを優先。転びにくいものを選んで
【幸運の食べ物】チンゲンサイ



射手座 11/23～12/21

【全体運】きしんだ歯車に悩まされがち。自分だけで解決するのは難しいため時期を待つ。目的を共有できる仲間づくりを
【健康運】衣服はびつたりのサイズに。肩凝り対策を
【幸運の食べ物】マイタケ



山羊座 12/22～1/19

【全体運】障害はあるものの乗り越えられます。初志貫徹で計画通り進めましょう。大変でも、やりがいのある選択をして
【健康運】腰痛は甘く見ないで。サポーターなどの活用を
【幸運の食べ物】梨



水瓶座 1/20～2/18

【全体運】周囲からの支えがあり新たな一歩を踏み出せるでしょう。もやもやしていることがあるなら整理整頓から始めて
【健康運】筋トレはやり過ぎず休憩も入れた方が成果あり
【幸運の食べ物】シイタケ



魚座 2/19～3/20

【全体運】周囲ににぎわう中、取り残されたようになることが。たくさん会話するよう心がけましょう。チームで力を合わせて前進
【健康運】最初は調子が出ませんが次第に解消へ
【幸運の食べ物】カボチャ

法律&税務相談室

梅田 尚彦 弁護士
☎ 092-761-1711



内容証明郵便について

内容証明郵便とは、郵便局が差出人・宛先・内容・差出日を証明する郵便のことで、裁判では出した郵便の内容と郵便が送達された日を証明しないといけなことがあります。

例えば、賃料の滞納が続いているときに、一定の期日までに滞納賃料全額を支払わなければ、当該期日の経過をもって解除するという通知を大家さんが行う場合があります。この場合、通知が届き、指定された期日に支払いがなければ、解除が有効になります。したがって、解除通知が届いた日の立証が必要になります。

また、消滅時効完成間近の時点で債務の履行を催告すると、消滅時効の完成が6か月猶予されます。この場合、通知した内容と届いた日の立証が必要になるため、内容証明郵便で出す必要があります。

内容証明郵便の出し方（相手が1名の時）は、同じ郵便を3通、封筒を1通作成して郵便局に出します。郵便には、本文と差出日、相手方住所と名前、自分の住所と名前を記載し、自分の名前の下に押印します。複数ページがある場合は割印も必要です。1通は相手方に郵送され、1通は郵便局が保管、残りの1通は自分で保管し、相手に送達後、配達証明が届きます。

また、内容証明郵便は、書式を守る必要があります。パソコンで作成される場合は、郵便局のホームページで書式の説明をしているため、これを見られた上で作成してください。

法律無料相談

JA筑紫では、法律相談を毎月1回開催しています。法律に関するご相談がある方は、ご予約の上お越しください。

10月の法律相談日

[日 時] 10月15日(水)
午前10時～午後3時

[場 所] JA筑紫 本店
梅田 尚彦 弁護士



11月の法律相談日は11月17日(月) 熊谷 雅弘 弁護士(予定)

税務無料相談

税金のことでご相談がある方はご予約の上、下記支店までお越しください。

瀧山 税理士	10/6 (月)	安德支店
	10/15(水)	那珂川支店
田中 税理士	9/25 (木)	牛頸支店
	10/15(水)	大野城支店
久保田 税理士	9/25 (木)	筑紫駅前支店
	10/6 (月)	二日市支店
	10/15(水)	太宰府中央支店
山田 税理士	9/25 (木)	春日支店
	10/6 (月)	春日南支店

上記相談のご予約は、最寄りの支店・出張所窓口で受け付けております。



クロスワードパズル vol.314

Q. 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

20 買った
15夜に供える月見――

19 祭りの――で焼きそばを

18 終わったら秋になります

16 ホッキョクグマの別名

14 数え年99歳のお祝いです

10 カウンター

8 塗装していない、――の

7 起きた日。現在は防災の日になつています

6 9月1日は――大震災の

3 アルファベットの5番目

1 おしゃべりではありません

車窓を流れていきます

ヨコのカギ

1 9月の第3月曜日は――の日。国民の祝日です

2 敷布団にかけます

3 ツナやビールを詰めます

4 仕入価格のこと

5 空振りしたらバットが切るもの

7 高知市の景勝地。坂本龍馬像があります

11 ダリアやコスモスはこの植物の仲間

12 文は主語、――、目的語などからできています

13 鶏卵の重量の60%を占めます

15 兄が一人いる男性

16 しめ縄から下げる白い紙。「垂」「四手」と書きます

17 なくて七――

1 6 8 16 19

2 13

9 10 17

7 14

3 11 20

4 15 18

5 12

A B C D E

8月号<vol.313>分
クロスワードパズルの
答え

ウ A
ミ B
シ C
ホ D
タ E

ル

7月号<vol.312>分
クロスワードパズルの答え

A B C D E
ネ ガ イ ゴ ト

ふあみーゆ8月号におきまして、右記の誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

無料公証相談のお知らせ

相談無料
要予約

公正証書による遺言、任意後見契約、尊厳死宣言などに関する公証相談を行います。
お気軽にご相談ください。

なお、お越しの際は事前に予約をお願いします。

■日時:10月1日(水)~7日(火)

午前9時~午後5時

※公証制度啓発の強化週間となっています。

■場所:筑紫公証役場

太宰府市都府楼南5-5-13

※公証役場では平日及び第3土曜日に無料で公証相談を受け付けております。



予約・問い合わせ先

筑紫公証役場 TEL:092-925-9755 HP:<https://www.chikushi-kosho.com/>

令和7年度

人間ドック・婦人科検診のお知らせ

JA筑紫では、健康診断の受診をおすすめしています。

ご家族のため、ご自身のために受診しませんか？ぜひお申し込みください。

要予約

●日時:令和8年1月16日(金)

●場所:JA筑紫 本店

申込
方法

最寄りの支店・出張所に「人間ドック・婦人科検診申込書」をご用意しております。
ご記入の上、令和7年10月31日(金)までに支店・出張所でお申し込みください。
受診票は、お申し込みをされた支店窓口でお受け取りをお願いします。

※結果票はご自宅へ郵送でお届けいたします。

※今年度よりお支払い方法は、口座振替のみとなります。

領収書が必要な方は、引き落とし後に支店にて領収書を発行いたします。

※JA口座振替をご希望の場合は、お申し込み時に口座のお届印が必要です。

※受診項目、内容、金額などの詳細は「人間ドック・婦人科検診申込書」をご覧ください。

※事後指導会のお申し込みは健康診断当日に行います。



問い合わせ先

JA筑紫 生活福祉課 TEL:092-924-1328



JA COLOR(カラー)とは、組合員・地域の皆さまにさらにJAを身近に感じていただけるよう、
JAが取り組む「ふれあい活動」についてご紹介するコーナーです。

今回紹介する活動は

山家支店の「もち米づくり体験」



山家支店では、青壮年部とともに年間を通して地域の幼稚園・小学校の子どもたちに向けて「もち米づくり体験」を開催しています。

この活動は、土に触れながら、農作業の楽しさと大変さを知ってもらうことで、子どもたちの食と農への関心を深めることを目的としています。

体験では、農家に直接教わりながら田植えをしたり、お米の作り方などを説明するお米の授業を実施したりするなど、たくさん子どもたちに農業とJAのPRを行うことができました。

山家支店 支店長:田原



JA筑紫は全店舗で、ふれあい活動の内容などを掲載した支店だよりを発行しています。

ホームページでも閲覧することができます。ぜひご覧ください。

好きなこと 本を読むこと

最近の成長 英語の読み書きの練習を頑張っている



筑紫野市

やまさき
山崎

のりひで
憲秀

まさえ
さんのお孫さん

やまさき
山崎

なずな ちゃん(8歳)

がく
岳くん(4歳)

好きなこと 電車、お絵かき

最近の成長 ひらがなが読めるようになった

ご家族からのメッセージ

これからも姉弟仲良くすくすく育てね!

次の事項が慎重に審議され、全議案が承認、可決されました。

第1号議案： 営業店システムJA危機管理計画書及び営業店システムJA移行対策本部要領の廃止ならびにJA移行対策本部の解散について

第2号議案： 借入申込みについて

第3号議案： 会計監査人との監査契約書の締結及び報酬額について

JAの概況 令和7年7月31日 現在

貯金	3,851.20億円	販売品販売高	4.61億円
貸出金	1,748.60億円	出資金	44.14億円
共済保有高	6,437.97億円	組合員数	正 2,998人
購買品取扱高	5.37億円	准	18,425人

春日市

ふれぶんシネマ倶楽部『九十歳。何がめでたい』

シリーズ発行累計180万部を突破した大人気エッセイが映画化。断筆宣言をした90歳の作家・愛子のもとにやってきた時代遅れの編集担当・吉川。ふたりの出会いが新たな人生を切り開く?！「生きづらい世の中」に悩むすべての人に贈る、笑いと共感の痛快エンターテインメント。

日時:10月18日(土) ①午前10時 ②午後2時
場所:春日市ふれあい文化センター 旧館1階 サンホール
料金:300円(施設使用料)
※全席自由、3歳以上有料
※事前予約制(定員に空きがある場合のみ当日券販売あり)
チケット販売:9月2日(火) 午前10時～
問い合わせ先:春日市ふれあい文化センター
TEL:092-584-3366
※祝日除く月曜休館

那珂川市

受け継がれる舞「岩戸神楽～夜神楽～」inミリカ

福岡県無形民俗文化財に指定されている「岩戸神楽」がミリカローデン那珂川田園広場で舞います。神楽で使われていた「太鼓や装束箱(那珂川市指定文化財)」も特別公開します。松口月城記念館前では、昭和58年頃まで使われていたお面を9月12日(金)～10月30日(木)まで展示します。ぜひご来場ください。

日時:10月4日(土) 午後6時～午後9時
場所:ミリカローデン那珂川 田園広場特設ステージ
問い合わせ先:ミリカローデン那珂川
TEL:092-954-2211



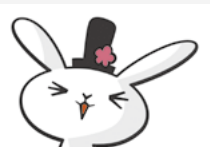
▲夜神楽の詳細はコチラ

詳しくは、各問い合わせ先にご確認ください。

太宰府市

おとものタビットが「ゆるバース2025」に出場します！

令和の都ださいふ応援大使「おとものタビット」が全国のゆるキャラの祭典「ゆるバース2025」に出場します。投票は以下のQRコードから1日1票できます。あなたの1票でぜひ応援してください！(投票にはゆるナビへの無料会員登録が必要です)



令和の都ださいふ応援大使「おとものタビット」

期間:開催中～9月27日(土)
問い合わせ先:太宰府市役所 経営企画課 広聴広報係
TEL:092-921-2121
メール:keiei-kikaku@city.dazaifu.lg.jp



▲投票はコチラ

筑紫野市

第91回筑紫野市祭

「二日市温泉と天拝山観月会」withいきいき商工農フェスタ

菅原道真公が天拝山に登って無実を訴えたという故事を偲び、大正13年より続く歴史ある祭りが、今年で101周年となります。花火やシンガーソングライターのHIPPIYによるステージなど盛りだくさんです！無料シャトルバスの運行も行っております。

日時:10月5日(日) 正午～午後7時
場所:天拝山歴史自然公園など
内容:花火・プロレス・プロレス教室・ゆるキャラステージ・お茶会・竹灯籠ライトアップ(御自作天満宮)・美味しいグルメや市内の物産の出店など

問い合わせ先:「二日市温泉と天拝山観月会」withいきいき商工農フェスタ実行委員会
TEL:092-922-2361

大野城市

第43回おおの山城大文字まつり

2日間にわたり火の儀式が行われ、市内中学生による「旗の舞」や小学6年生が夢を描いた「夢灯り(灯籠)」の点灯、キャラクターステージ、市民パレードなどたくさんのプログラムで会場を盛り上げます。

日時:9月27日(土) 午前11時～午後9時
28日(日) 午前11時～午後8時
場所:大野城市 大文字公園(瓦田4丁目)
※来場者駐車場はありません。

公共交通機関や臨時バスをご利用ください。

問い合わせ先:おおの山城大文字まつり委員会
TEL:092-574-6677



▲詳しくはコチラ

女性問題特設相談所

相談
無料

筑紫人権擁護委員協議会では、「誰か話を聞いてくれる人がほしい」そんな思いをお持ちの女性の皆さまへ女性問題特設相談室を開設します。人権擁護委員と一緒に問題解決の方法を考えましょう。



■日時:10月11日(土)
午前10時～午後3時(受付は午後2時30分まで)

■場所:大野城まどかぴあ 3階相談室1・2
大野城市曙町2-3-1
※予約不要

相談内容

身近な人からの暴力、セクハラ、ストーカー、夫婦間の問題、離婚、女性差別、いじめ、子どものこと、家庭内の問題 など

問い合わせ先

福岡法務局 筑紫支局 TEL:092-922-2881

警察署暮らし



二セ警察官が性的な姿を要求!?

警察官を名乗る人物から電話があり、SNSのビデオ通話に誘導され被害者の裸を撮影した上、「録音・録画をしている」「ネットにばらまく」などと告げて脅迫する被害がでています。ご注意ください。



警察はこんなこと
絶対にしません!

- SNSやメッセージアプリで連絡
- 警察手帳や逮捕状の画像を送る
- SNS等のビデオ通話で裸になること等を要求
- 逮捕を免れることを理由に金銭の振込を指示
- +から始まる国際電話番号で電話

春日警察署
TEL:092-580-0110

筑紫野警察署
TEL:092-929-0110



食と農から始まる。JAグループのファミリー・マガジン

家の光10月号
October 2025 表紙の人
伊藤 沙莉 さん

特集 暮らしが変わる!むだが減る!
冷蔵庫レポリユーション
人が集まる 注目の協同組合
「香酸柑橘」使いこなし術

ご購読のお問い合わせ
お申込は...

TEL:092-924-1328

耕そう、大地と地域の暮らし。



「みんなのよい食プロジェクト」は、体と心を支える食のたいせつさ、国産・地元産農畜産物の豊かさ、それを生み出す農業の価値をお伝えし、国産・地元産農畜産物と日本の農業の応援団になっていただく、という運動です。

ふみみーけには環境にやさしい
ベジタブルインキを使用しています。

P-00154

この印刷物は、C S R
に取り組み印刷会社が
製作した印刷物です。

編集後記



まだまだ暑い日が続きますが、暦の上では
立秋を過ぎ、9月の半ばを超えると少しずつ
過ごしやすくなりますね。

秋といえば「食欲の秋」!美味しいものは
つつい食べ過ぎてしまう季節ですね…
食の誘惑に負けてしまう私は、秋ならではの
グルメが続々と販売されていると聞き、週末は
いろいろなところに出かけて食べ歩くことが
最近の幸せです♪

岡崎

9

SEPTEMBER

JA 筑紫

お知らせカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
	16 法 本店 税 大野城支店 太宰府中央支店 那珂川支店	17 休 ゆめ畑 那珂川店・西部グリーン店	18	19 年金友の会 グラウンド ゴルフ大会 (桂川町グラウンドゴルフ場)	20	21
22	23 秋分の日	24 休 ゆめ畑 太宰府店・春日店	25 税 牛頭支店 筑紫駅前支店 春日支店	26	27	28
				ゆめ畑筑紫野店 感謝祭		
				ゆめ畑春日店 収穫祭		
29	30			Yeah!		

10

OCTOBER

		1 休 ゆめ畑 大野城店	2	3	4	5
6 税 二日市支店 春日南支店 安德支店	7	8 休 ゆめ畑 筑紫野店	9 女性部 レクリエーション大会 (JA本店)	10	11	12
				ゆめ畑大野城店・太宰府店 新米まつり		
13 スポーツの日	14	15 法 本店 税 大野城支店 太宰府中央支店 那珂川支店 休 ゆめ畑 那珂川店・西部グリーン店				

法 法律無料相談日 **税** 税務無料相談日 **休** ゆめ畑定休日

※法律相談と税務相談は予約が必要です。詳しくはP13をご覧ください。9月16日開催分につきましては、ふぁみーゆ8月号に掲載しています。
※ゆめ畑のイベント・店休日は日程が変更になる場合がございます。詳しくは各店舗へお問い合わせください。



JA筑紫のInstagramでは、
旬の農産物を使ったレシピなど
お得な情報を随時更新中！
ぜひ覗いてみてください♡

農産物直売所「ゆめ畑」

営業時間 月～土 午前9時～午後6時
日・祝 午前9時～午後5時

大野城店 TEL:092-513-0881

春日店 TEL:092-501-1616

太宰府店 TEL:092-921-8600

那珂川店 TEL:092-952-2971
(西部グリーン店を含む)

筑紫野店 TEL:092-919-7117

資材配送センター TEL:092-923-8221

中部グリーン店 TEL:092-501-0036

米販センター TEL:092-919-5955

農機具に関する問い合わせ先

農機センター

TEL:092-922-0531
(那珂川) TEL:092-952-0769