

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!

ふぁみーりゃ

JA CHIKUSHI COMMUNICATION MAGAZINE <FAMILLE>



JA 筑紫

vol. 596



特集

「発酵美人」のすすめ

- 1・2 筑紫の農
- 3・4 **特集**
「発酵美人」のすすめ
- 5 女性部コミュニティ
- 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
●日本の「食」と「農」を学ぶ
- 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 人事異動のお知らせ
- 16 ●あつまれ!ちくしキッズ
●総合ポイント制度
- 17 ●お彼岸販売会のお知らせ
●警察署つうしん
●勝手に特派員
- 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

JA筑紫のInstagramや
ホームページもご覧ください。

Instagram



JA筑紫 検索
www.ja-chikushi.or.jp



農業を営んでいた達次郎さんとの結婚を機に野菜づくりを始めた安奈さん。達次郎さんにすめられてJA筑紫の「ちくし農業塾」を受講し、11か月の講義や実習を通して農業の基礎知識や技術を身につけました。「何も分らない状態から始めたので、農業塾では道具の使い方から多品目の野菜の栽培方法まで、丁寧に教わることができてとても勉強になりました」と話します。

現在、達次郎さんは就農して8年、安奈さんは3年を迎え、夫婦で力を合わせて日々農業に向き合っています。

2人で農業を営む…

一番のこだわりは、土づくり。「米ぬかや牛ふん、魚から作る液肥などの有機肥料で土づくりをしています。まだまだ模索中で、もつと良い土にできるように試行錯誤しています」と達次郎さん。全国各地の農家へ視察に行き、さまざまな栽培方法や販売方法、考え方を参考にしながら、自身の環境に合った方法を見つけているそうです。「視察先の農家さんとはその後も情報交換をしたり、お互いのアスパラガスを送り合つて、感想やアドバイスをもらったりしています」と安奈さん。土や作物の変化と向き合いながら試行錯誤する毎日が楽しい!と話すお二人は、より良いアスパラガスを栽培するために奔走

良いものを育てるための思い…

常に向心あふれるお二人だからこそ、時には意見がぶつかり合うこともあります。必ずお互いの話を聞き、納得するまで話し合いをして、互いの違いを強みに変えていけるように努めているそうです。

「ゆめ畑へは出荷だけではなく店頭で販売することもあり、お客さまから直接「美味しい」という言葉をもらったり、喜ぶ姿を目にしたたりすることができるのでやりがいを感じます。その反面もつと頑張らないと!という責任感や使命感を感じてますよ」とお二人は話していました。

お客さまからの言葉…

「もつと面積を拡げて、私たちのアスパラガスをより多くの方に届けたいです。いつかできたらいいなと思っているのは、栽培する楽しさに触れられるような場をつくることです」と達次郎さん。安奈さんは「夢は膨らみますが、姿勢として、農業を取り巻く課題に対して私たちとしてどう仕事に落とし込んでいけるかを常に考えて行動していけるように頑張ります」と意気込みます。日々、真剣に取り組む、思いきり農業を楽しむご夫妻。さらなる極上のアスパラガス栽培を目指してお二人の挑戦は続きます。

今後について…



モットーは“楽しく!!”

さかい
坂井

たつしろう

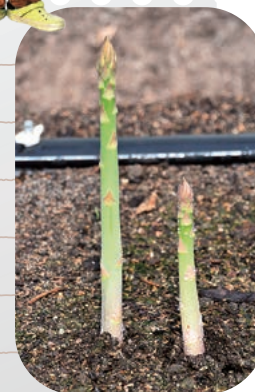
達次郎さん(36)・安奈さん(34)

那珂川市 山田

あんな

安奈さん(34)

坂井達次郎さん・安奈さんご夫妻は、那珂川市で「坂井農園ほんふあーむ」を営んでいます。アスパラガスや自然薯などをゆめ畑に出荷しています。メインで栽培しているアスパラガスは多くのファンに愛されています。



発酵美人の

すすめ

いつまでも若々しく、美しくいたい。
でもそのために無理をしたり、お金や手間をかけるのは嫌…。
そんなわがままを叶えてくれるのが、発酵食品です。

人類が生み出した発酵食品

人類は紀元前から、自然界の目に見えない微生物や酵素を利用して、食品の保存性や栄養価、風味を高めてきました。その経験の結晶が発酵食品です。

食品を発酵させると、さまざまな栄養価がぐんとアップします。例えば大豆はそのままでも栄養価の高い食品ですが、納豆菌を加えて発酵させると、ビタミンB2は煮大豆の約10倍に、葉酸は約3倍に増加します。さらに大豆にほとんど含まれていないビタミンK2などの新しい栄養成分が加わります。

栄養&吸収率アップで若々しく美しく！

食品は発酵することで栄養素の構造が変わり、分子が小さくなるため、体内に吸収されやすくなります。発酵による栄養と吸収率アップが期待でき、細胞が活性化したり、免疫力が高まったりするなどの健康効果が得られやすいです。そのため体の内側から健康になり、若々しさを保つことができるのです。発酵食品の力をもっと知って、健康的な美しさを手に入れましょう。

「発酵美人」を叶える7食品

毎日食べてアンチエイジング

納豆

納豆の原料である大豆は、タンパク質が豊富で、ビタミンCと協力してコラーゲンを生成する亜鉛も豊富です。さらに女性ホルモンに似た働きをするイソフラボンが、発酵の働きで吸収されやすい構造になっています。また、アンチエイジング効果のあるポリアミンも、納豆菌によって増加。納豆を毎日食べることで、自然に若々しさを保てられます。

ポイント

体内の細胞の生まれ変わりに必要な核酸が豊富に含まれているかつお節(枯れ節・本枯れ節)と組み合わせるとより効果的。

「美肌のビタミン」たっぷり

甘酒

米こうじに水を加えて発酵させて作る甘酒。こうじの働きにより、発酵の過程でブドウ糖や必須アミノ酸、ビタミンが生成されます。また、タンパク質、糖質、脂質の三大栄養素の代謝を助け、「美肌のビタミン」と呼ばれるビタミンB群が含まれるのも特徴。代謝が上がると体温を上げる効果も期待できるため、甘酒を毎日飲むことで、肌や爪、髪を健やかに保てます。

免疫力アップで健康美人

ぬか漬

ぬか漬は、腸まで届く酪酸菌を豊富に含む、数少ない食品の1つです。人の寿命の長さは腸の中の酪酸菌の量に比例するといわれています。また、腸内の酪酸菌を増やすことで、花粉症などのアレルギー疾患や認知症の予防に役立つという研究結果もあります。

ポイント

ゴボウ、ヤーコンなどのぬか漬は、酪酸菌の餌となるフラクトオリゴ糖を豊富に含んでいるため、腸内の酪酸菌がさらに増えて免疫力アップが期待できます。

色白美人、穏やか美人、元気美人のもと

みそ

みそを発酵させるこうじに含まれる遊離リノール酸には、メラニンの生成を妨げ、メラニンの排出を助ける働きがあります。特に赤みそには、紫外線ダメージを防ぐ抗酸化成分のメラノイジンが多く含まれているため、日焼けやシミが気になる人は積極的に食べると良いでしょう。また、GABAを多く含む白みそにはリラックス効果が、アミノ酸が豊富な赤みそには疲労回復効果があるため、合わせみそなら心身の疲れを和らげる効果が期待できます。

ポイント

発酵期間が長く乳酸菌の量が多い豆みそや赤みそには、カルシウムなどのミネラルの吸収を促進する働きが期待できます。更年期以降の骨粗しょう症対策におすすめです。

スレンダー美人、熟睡美人のもと

キムチ

脂肪の代謝を促進させるカプサイシンが豊富な唐辛子、血行を良くして肌の新陳代謝を高めるニンニク。これらの成分が発酵によって吸収されやすい形になっているのがキムチです。キムチを常食している韓国人には肥満が少ないといわれています。食物繊維の宝庫で、植物性乳酸菌も豊富なキムチは、腸内環境も整えてくれます。

ポイント

植物性乳酸菌はリラックス効果を期待できるGABAを生成するため、晩ご飯にキムチを食べると安眠効果が得られます。キムチにないタンパク質(肉、納豆、豆腐など)と組み合わせるとより効果が期待できます。

免疫力アップで腸から美しく

ヨーグルト

牛乳を発酵させて作るヨーグルトは、牛乳に比べて分子構造が小さいため、同じ量でも消化吸収率が格段にアップします。また、乳酸菌が腸内環境を整える善玉菌の働きを助けることで、免疫力を高め、便秘解消効果も期待できます。

ミネラル・ビタミンで美肌美人に

チーズ

チーズは発酵によって、牛乳の有効成分にミネラルやビタミンが添加されています。メラニン色素の発生を抑制するビタミンAは緑黄色野菜よりも多く、皮脂分泌をコントロールして美肌を保つビタミンB2も増加します。



JAは高齢者・児童を中心とした地域の見守り活動やニセ電話詐欺、自転車盗難の啓発活動など、日頃から地域の安全安心の確保に大きく貢献しています。

春日・筑紫野警察署から感謝状を受賞
JA筑紫は、令和4年中に防犯活動や交通安全活動に積極的に取り組み、地域の安全に大きく貢献した団体として感謝状を受賞しました。1月11日に春日警察署で大津署長から白水組合長が受け取り、2月7日に筑紫野警察署で古江署長から舩越専務が受け取りました。

営農経営座談会
JA筑紫は1月19日～27日まで、管内5市65会場で令和5年営農経営座談会を開きました。座談会では、次年度の農政や普通作、園芸振興などについてJA職員が説明。今年は例年より1か月程度早く座談会を開催し、国や県の肥料高騰対策支援事業について説明を行いました。また、環境負荷や経営コストの低減に繋がる化学肥料の使用低減の取り組みを促しました。



家の光三誌・日本農業新聞「ご愛読感謝キャンペーン」抽選会
JA筑紫は1月12日、JA本店で家の光三誌・日本農業新聞「ご愛読感謝キャンペーン」抽選会を開催しました。当選商品は博多和牛や季節の果物セット、JAの麺セットなど。抽選会には、白水組合長や女性理事、女性部役員など15名が参加し、応募総数約1200件の中から350名の当選者を選びました。



女性部 活動レポート
女性部の皆さんの活動を紹介します！

女性部 コミュニティ



生米パン&キウイジャム作り

1月17日に、筑紫野市のカミーリヤで農業関係グループの合同活動を行い、女性部員10名が参加しました。

JA職員が講師となり、「家の光」や「ちゃぐりん」の記事を活用して、生米パンとキウイジャム作りに挑戦。

参加した部員は「生のお米からパンができるなんてビックリしました！パンもジャムも簡単な工程だったので、自宅でも作りたいです」と笑顔で話していました。

ミュージカル鑑賞

1月20日に、春日支店でキャッシュカードを騙し取る手口のニセ電話詐欺を題材にしたミュージカルを鑑賞しました。ニセ電話詐欺の撲滅のため春日警察署員が公演を行い、女性部員36名が参加。

鑑賞した部員は「歌や踊りなどで分かりやすく、楽しく学ぶことができました」と笑顔で話していました。公演後に、自転車による事故の注意喚起や交通事故に関するクイズなどの交通学習も行いました。



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!!

★ カブ ★

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。

根も葉も栄養豊富なカブ

春の七草の「すずな」としても知られるカブ。日本書紀にも記録があるほど歴史のある野菜で、さまざまな色や形の品種があります。

みずみずしい根の部分は、生で食べると胃もたれや胸やけの解消に良いとされています。さらに、アクの少ない葉の部分はβ-カロテンやビタミンC、カルシウムなどを豊富に含んでいます。

保存するときは、根と葉を別々にしましょう。

美味しいカブの見分け方

- 根にツヤとハリがあり、ヒゲ根の少ないもの
- 葉が鮮やかな緑で、みずみずしいもの



カブと水、酒、だし、しょうゆ、砂糖、ひき肉を煮込んだ一品。優しい味わいが口の中に広がります。



ゆめ畑春日店

住所：春日市昇町7-74 TEL:092-501-1616
営業時間：月～土 午前9時～午後6時 日祝 午前9時～午後5時 店休日：GW・盆・正月
※店舗ごとに定休日異なります。詳しくはホームページ・各店舗にてご確認ください。

応募方法

住所・氏名・年齢・電話番号・クイズの答え・「身近に起きた出来事」「ふあみーゆに対するご意見・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
JA筑紫企画課
筑紫野市杉塚三三三〇

※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3月末日まで(当日消印有効)

紡 tsumugu

ながた ひろこ
永田 弘子さん(71)
筑紫野市 古賀

永田さんは小学校での梅干し・みそ作り授業や地域活動を通して、子どもたちや地域住民の方々に食の大切さを伝えています。



山口小学校の校庭の梅を活用した梅干し作りやみそ作りの活動を3年前に受け継いだ永田さん。子どもたちにさまざまな体験をさせてあげたいという思いから、講師として授業を行っています。「普段食べている食べ物はこうやってできているのか!と学ぶきっかけになると嬉しいです」と活動について笑顔で話します。

授業では限られた時間の中で1人ひとりに丁寧に教えることを心がけているそうです。特に、梅ちぎりから1つずつ丁寧に作業する梅干し作りは、梅の選別など大変なことも多いのですが、出来上がった梅干しは絶品で、大好評だそうです。「子どもたちから“ひろちゃん!美味しかったよ!”と言ってもらえると、やってよかったなあという感じがします」と嬉しそうに話す永田さん。

永田さんは他にも、山口地区の女性で構成された和賀菜会のメンバーとして、年金月にJA山口支店前で地元野菜を販売したり、近隣の学校に給食用の野菜を出荷したりするなど、さまざまな活動にも積極的に取り組んでいます。「食の大切さをたくさんの人に伝え続けることで自分も幸せになるし、周りの人も幸せにできるんじゃないか」と思います。この思いを大切に、これからも地域に密着して活動し続けたいですね」と今後についての思いも聞かせてくれました。

山口支店 金融渉外 深野 広兼

いつも明るく気さくな永田さんは、山口地区にとってなくてはならない方です。日々地域のために奮闘している姿を見て、たくさん学ばせていただいています。



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!



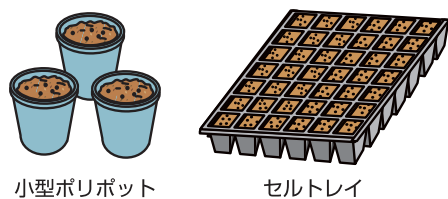
手打式天ぷらうどん
【1ケース/16食入】

食品を発酵させると、
さまざまな〇〇〇が
ぐんとアップします。

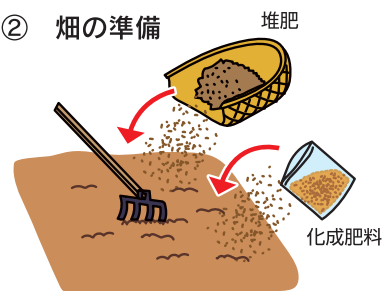
〇部分に入る文字をお答えください。

※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、4月中に賞品をお届けいたします。

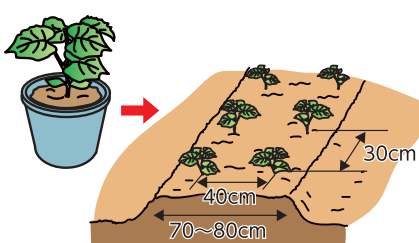
図① 苗作り



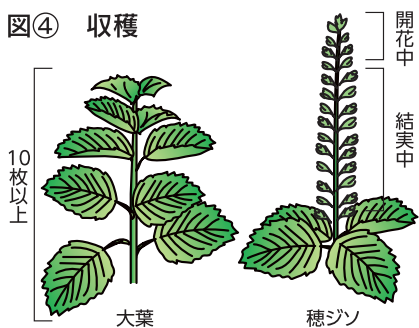
図② 畑の準備



図③ 植え付け



図④ 収穫



「収穫」葉が10枚以上になったら、下の方の葉の付け根からもぎ取るように摘み取ります。収穫するとしおれてくるため、水に挿しておきましょう。穂ジソの収穫時期は先端の花穂が5〜6輪開花している頃に穂先から15〜20cmで切り取ります(図④)。赤ジソは紫、青ジソには白い花が付きまます。

青ジソの若葉は大葉と呼ばれ薬味に、赤ジソの葉は梅漬けに利用されます。シソの発芽適温は20〜25度、生育適温は20〜23度で、低温に弱く高温には強い野菜です。また、シソは短日期に花を付ける性質があり、9月頃から穂が出てきます。生育に応じて収穫方法が変わり、子葉、若葉、花穂、未熟果はそれぞれ

「苗作り」直径7.5〜9cmの小型ポリポットに4〜5粒の種を播きます。セルトレイでは72穴のトレイを使い、2〜3粒播きま(図①)。発芽後2回に分けて間引き、1回目は本葉が開く頃

に、成長の遅れた株、密になっている所の株を抜き取ります。2回目は本葉3枚の頃に1本にします。【畑の準備】幅70〜80cmのベッド(栽培床)で栽培する場合は、事前に1㎡あたり苦土石灰150gを菜園全体に散布して耕します。その後、堆肥2kgと化成肥料(NPK各成分10%)200gを施します(図②)。

「植え付け・追肥」本葉5〜6枚になったら、条間40cm、株間30cmに植え付けます(図③)。その後2週間おきに1㎡あたり30g程度の化成肥料を条間に撒き、根元に軽く土寄せします。【病害虫の防除】病気はほとんどありませんが、害虫ではハダニ、アフロム乳剤などの登録農薬で防除をしましょう。

シソ さまざまな用途を楽しむ

家庭菜園

園芸研究家 成松次郎

Essay of Living

昔も今も秋に種を播くタカナ。春に播くと、とう立ちしてしまします。アブラナ科野菜の多くは低温に遭うと、とう立ちしますが、タカナは低温には左右されずに、長日によってとう立ちします。タカナはカラシナの一種で、一般的に株が大型、葉が多肉のものをいいます。福岡県の「三池タカナ」や長崎県の「雲仙コブタカナ」などが有名です。低温伸長性があり、作りやすい葉菜です。

タカナは「野沢菜」「広島菜」と並んで日本三大漬け菜の1つです。主に古漬けにしますが、浅漬けにもできます。古漬けを材料にした刻み高菜漬けは、高菜ご飯や油炒めなど和風、洋風、中華に幅広く利用されています。中国料理に欠かせないザイサイもタカナの仲間、茎タカナともいいます。茎の下の方の葉の付け根部分が5〜8cmのこぶ状に肥大し、その多肉の塊を食べます。



タカナ

野菜もの知り百科

土壌医 藤巻久志



洋風天ぷら

作り方

- ① 干し芋は縦に4等分にする。ソラマメは皮をむき、干し柿は4等分にする。
- ② Aの揚げ衣の材料を、ボウルで滑らかになるまで混ぜ合わせる。
- ③ ①に薄力粉を薄くまぶし、②の揚げ衣を付ける。
- ④ サラダ油を180度に熱し、③を順に揚げていく。
- ⑤ 器に彩り良く盛り付けてハーブソルトを振り、チャービルを飾って出来上がり。

材料(4人分)

干し芋……………60g	A 揚げ衣
ソラマメ……………12粒	天ぷら粉……………80g
干し柿……………1個	パルメザンチーズ…10g
薄力粉……………適量	炭酸水……………140ml
サラダ油……………適量	
ハーブソルト……………適量	
チャービル(ハーブ)……………適量	



新ジャガイモと芽キャベツのサラダ

作り方

- ① ボウルにAのあえ衣を混ぜ合わせる。
- ② ①のボウルに揚げたての新ジャガイモと芽キャベツ、ウイを入れるさっくりと混ぜる。
- ③ ②を器に盛り付け、お好みで赤ジソふりかけを振って出来上がり。

材料(2~3人分)

新ジャガイモ(下茹でして半分に切り皮付きのまま素揚げしたもの)…小8個	
芽キャベツ(下茹でして半分に切る)……………3個	
ウイ(細切り)……………2本	
赤ジソふりかけ……………適量	
A あえ衣	
マヨネーズ……………大さじ2	
ナンプラー……………小さじ1	
酢……………小さじ1	
砂糖……………小さじ1/2	
塩昆布……………大さじ1	



ひとこと たき蔵さんの一言

豊かな作物づくりに
役立てよう！

3月は葉根菜類とネギ類の種播きの適期です。日照時間が少しずつ長くなり、陽射しも強くなるため多くの葉根菜類とネギ類の発芽・生育に適した気象環境になります。一方、より高温を好む果菜類の植え付けにはまだ早いため、今のうちに畑の土づくりをしましょう。また、昨年の秋に植えたタマネギやソラマメ、春に収穫を迎えるキャベツやブロッコリーは、追肥と病害虫の防除が必要です。

葉根菜類やネギ類の種播き

露地で種播きできるのは、比較的に涼しい気候を好む葉根菜類のコマツナ、ハウレンソウ、シュンギク、ミズナ、小カブ、ラディッシュなどです。低温に感応して花芽分化を起こすダイコンは、とう立ちの遅い品種を選びましょう。

また、根深ネギや九条の中ネギも、春の彼岸の頃が播種の適期です。平床への条播きやチェーンポットに播種するなど、ネギの苗作りにはさまざまな方法があります。根深ネギは育てた苗を2.5cm程の間隔で圃場に1本ずつ植えます。4回程の追肥と土寄せをして軟白部を長くするために、条間は1.3m程は必要です。一方、中ネギは13cm程の間隔に3~4本の苗をまとめて植え付け、条間も45cm程あると良いでしょう。

植え付け前の土づくり

ナスやトマト、ピーマン、ゴーヤなど高温を好む果菜類は、露地の植え付けまで1か月以上の余裕があるため、畑に牛ふん堆肥や稲わら、米ぬか、作物残さなどの有機物をすき込んで土づくりを行います。野菜類の残さなど未熟な有機物を入れるときは、100㎡あたり石灰窒素1~3kgを一緒にすき込んで腐熟を促進させましょう。有機物を投入して耕耘しておく「団粒構造」ができ、土の透水性、保水性、保肥力、通気性が良くなります。

タマネギの止め肥と防除は遅れずに

タマネギの肥料の運効きは球の肥大・成熟を遅らせ、貯蔵性を悪くします。中晩生の青切りタマネギは、3月上旬までに最後の追肥として100㎡にNK2号2kg程度を条間に施します。また、べと病と白色疫病の防除のため、ジマンダイセン水和剤やフロンサイドSC、ジャストフィットFLなどのローテーション散布を徹底しましょう。

日本の「食」と「農」を学ぶ

農業の環境保全機能について

日本農業検定事務局

農村での農業生産活動により生ずる、農産物の供給を含めた幅広い機能を「農業・農村の多面的な機能」と呼んでいます。農村地域では、農業が営まれることにより、田畑の作物と農家の家屋、その周辺の水辺や里山が一体となって美しい農村景観を形成しています。

問題

農業の環境保全機能についての説明で、間違っているものは次のうちどれですか。

- ① 耕作を続けている田畑では、雨水がゆっくりと地下に染み込むため、地下水位の急上昇を防ぐ働きをしている。
- ② あぜに囲まれた田畑には、雨水を一時的に貯留し、ダムのように洪水を防止する機能がある。
- ③ 田畑では、自然との調和を図りながら手入れをすることで、多様な生き物が生活できる二次的自然が形成されている。
- ④ 田畑で育っている作物は、蒸散作用によって大気を浄化する機能を持っている。

解答

正解は ④

田んぼの稲には光合成によって大気中の二酸化炭素を減らし、代わりに酸素を出す、大気の浄化機能があります。あぜに囲まれた田畑の土壌には、雨水を一時的に貯留する働きがあり、田んぼの1枚1枚は、小さな治水ダムの役割を果たしています。また、田畑の耕作を続けることで、雨水を地下にゆくりと染み込ませ、地下水位が急上昇することを抑える働きがあり、地滑りなどの災害を防止しています。田畑には、人が手を加えることで形成・維持されてきた自然環境である、豊かな生態系を持った二次的自然が形成されています。

3月星占いあなたの運勢

♈ 牡羊座 3/21~4/19

【全体運】上昇運の影響でかなり忙しくなりそう。優先順位を決め、重要なものに注力して。新しいものにツキ

【健康運】適度な運動で心身共にリフレッシュ

【幸運の食べ物】クレソン

♉ 牡牛座 4/20~5/20

【全体運】後回しにしてきたことに取りかかるのに良い時期です。用事を先に終わらせると自分の時間も楽しめます

【健康運】食べた分、体を動かしてカロリーを消費して

【幸運の食べ物】タマネギ

♊ 双子座 5/21~6/21

【全体運】周囲から頼られそう。手助けしないと非難されることも。事情を丁寧に説明することが大事

【健康運】発熱に注意。ビタミンCを摂って風邪を予防

【幸運の食べ物】シイタケ

♋ 蟹座 6/22~7/22

【全体運】状況は次第に好転。冷静に分析すれば良いアイデアを思い付きそう。感情に流されず実行すれば好結果に

【健康運】心の健康に目を向けて。音楽鑑賞がおすすめ

【幸運の食べ物】ニラ

♌ 獅子座 7/23~8/22

【全体運】転換期です。変化を選べば良い方向へ。計画は長期スパンで考えて。目の前のことに振り回されないように

【健康運】友人たちとの会話が気分転換に。一緒に体操も◎

【幸運の食べ物】アンタパ

♍ 乙女座 8/23~9/22

【全体運】吉凶混合運。厳しい状況が表面化しそう。ただ、問題が見えるようになり解決しやすくなる面も。冷静に対応を

【健康運】規則正しい生活を心がけて。休養日も大切

【幸運の食べ物】ナバナ

♎ 天秤座 9/23~10/23

【全体運】やらなければならないことが増えて大変そう。一方で、お楽しみの機会も増加。上手にスケジュールを組んで

【健康運】楽しみながらできるスポーツで健康増進

【幸運の食べ物】ミツバ

♏ 蠍座 10/24~11/22

【全体運】追い風に恵まれ前へと進めます。好意は素直に受け入れて助けてもらいましょう。1人にならないのが開運のコツ

【健康運】持病のケアを。名医に出会える予感も

【幸運の食べ物】シュンギク

♐ 射手座 11/23~12/21

【全体運】山積みの問題に頭が痛いかも。幸い下旬にはトンネルを抜けられます。駄目なものは駄目と割り切ることも大切

【健康運】体調不良は次第に解消。焦らず様子を見て

【幸運の食べ物】ウド

♑ 山羊座 12/22~1/19

【全体運】春の兆しが見えています。ものは試しと何でもやってみて。上手くいかなければ修正を。方向転換は吉

【健康運】薬の飲み忘れに注意。サプリはほどほどに

【幸運の食べ物】カブ

♒ 水瓶座 1/20~2/18

【全体運】2つのことを同時進行することも可能です。あまりこだわらずに、いろいろ試してみる姿勢が吉と出ます

【健康運】バランスの良い食事と運動で体力アップ

【幸運の食べ物】ワケギ

♓ 魚座 2/19~3/20

【全体運】注目度がアップ。周囲への配慮がキラリと光ります。思いやりのある態度で人気者に。うわさ話は控えて

【健康運】ヨーグルトを食べて腸の健康をキープ

【幸運の食べ物】パセリ

クロスワードパズル vol.284

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

ひな人形に供える餅入試のときはケアレス——に気を付けてくつと辛抱することウドの生産量が日本一の、北関東にある県はね上げたひげが特徴的なスペインの画家石が細かく砕けたものが増えた雪解けで川の——が増えたつくのはうそ、吹くのは中華粥などにのせる赤い実スタッドレスからノーマルに替えようかな宿屋のこと。漢字では旅館と書きます出かけていて誰もいませんひな祭りのうしお汁によく使われる貝

ヨコのカギ

1 暑さ寒さも——まで 11 薄く切ったもの。——チーズ
2 佐渡、淡路、隠岐といえぱ 12 山下公園や中華街があります
3 多くの受験生が解くもの 13 卒業式で『——の光』を歌った
4 数学ではxやyで表すことが多い 15 イルカのヒット曲『——雪』
5 ツクシはこの植物の胞子茎です 18 衣服に付いている、洗濯表示などがある部分
9 飛行機が飛び立つこと

応募方法・プレゼントクイズのコーナーは8ページに掲載しています!!

1 6 13 16 19

2 11

3 8 14 20

7 12 17

4 10 18

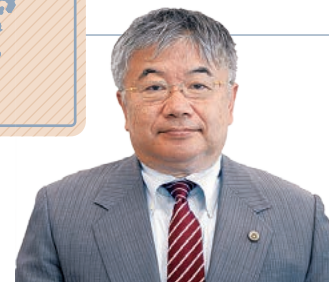
5 15

A B C D E

2月号<vol.283>分クロスワードパズルの答え

ユキオシ

法律&税務相談室



熊谷 雅弘 弁護士

☎ 092-732-5535

相続分のない相続人と遺産分割協議

- Q Xが死亡し子供A、B、Cの三人が相続しました。Cは相続開始後遺産分割協議前に第三者Dに相続分を譲渡しました。この場合は遺産分割の処理はどうなるでしょうか。
- A 相続分譲渡は遺産に対する割合的持分全体を譲渡する制度で、相続分譲渡をした法定相続人は相続人ではなくなります。上記ではA、B、Dの三人で遺産分割協議をすることになりCは協議には参加できません。家庭裁判所の遺産分割手続きではCに対する排除決定をした上で手続きが進められます。
- Q 上記でXが遺言をしており「Cには生前贈与をしてやっているため相続分はない」との条項が入れていました。
- A 遺言の効力として相続分の指定の効力が認められる関係からA、Bでの遺産分割協議で遺産分割が認められます。ただし、法定相続人全員で遺言書と異なる遺産分割協議をすることも可能です。したがってA、B、Cで遺産分割協議を行い、Cに一定の遺産を取得させることも可能です。
- Q 遺言でCがXに日頃から暴力をふるっていたとされ、遺言執行者としてYが指定されました。Yは家庭裁判所にCの相続人廃除審判を申し立てています。
- A 相続人の廃除は法定相続人から被相続人に対して虐待または重大な侮辱等があった場合に、家庭裁判所の審判で相続人でなかったことにする制度です。廃除に審判が確定するまではCが相続人でなくなるわけではありませんから、この段階での遺産分割の協議はA、B、Cの三人で行う必要があり、そのような遺産分割協議も当然無効ではありません。ただし、遺言執行者からの廃除の申し立てが認められ、審判が確定した場合には遺産分割協議が遡って無効になります。

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。

4月の法律相談日

[日 時] 4月17日(月)
午前10時~午後3時

[場 所] JA筑紫 本店
安河内 亮 弁護士



5月の法律相談日は5月15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	4/5 (水)	安德支店
	4/17 (月)	那珂川支店
田中 税理士	3/27 (月)	牛頸支店
	4/17 (月)	大野城支店
岩澤 税理士	3/27 (月)	筑紫駅前支店
久保田 税理士	4/5 (水)	二日市支店
	4/17 (月)	太宰府中央支店
山田 税理士	3/27 (月)	春日支店
	4/5 (水)	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。

筑紫野市 原田
やまさき 山崎 淳一 さん(71歳)のお孫さん

やまさき 山崎 美柚希 ちゃん(11歳)
あつき 淳希 くん(11歳)
りな 莉奈 ちゃん(8歳)

好きな食べ物 いくら、オムライス
性格 何事にもまっすぐな性格

最近の成長 サッカーが上手くなった!
好きな食べ物 カニ、茶碗蒸し

最近の成長 掛け算ができるようになった
性格 天真爛漫

ご家族からのメッセージ
喧嘩しながらもお互いを思いやり、
仲良く成長してほしいです♪



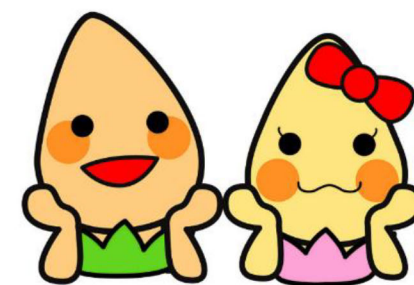
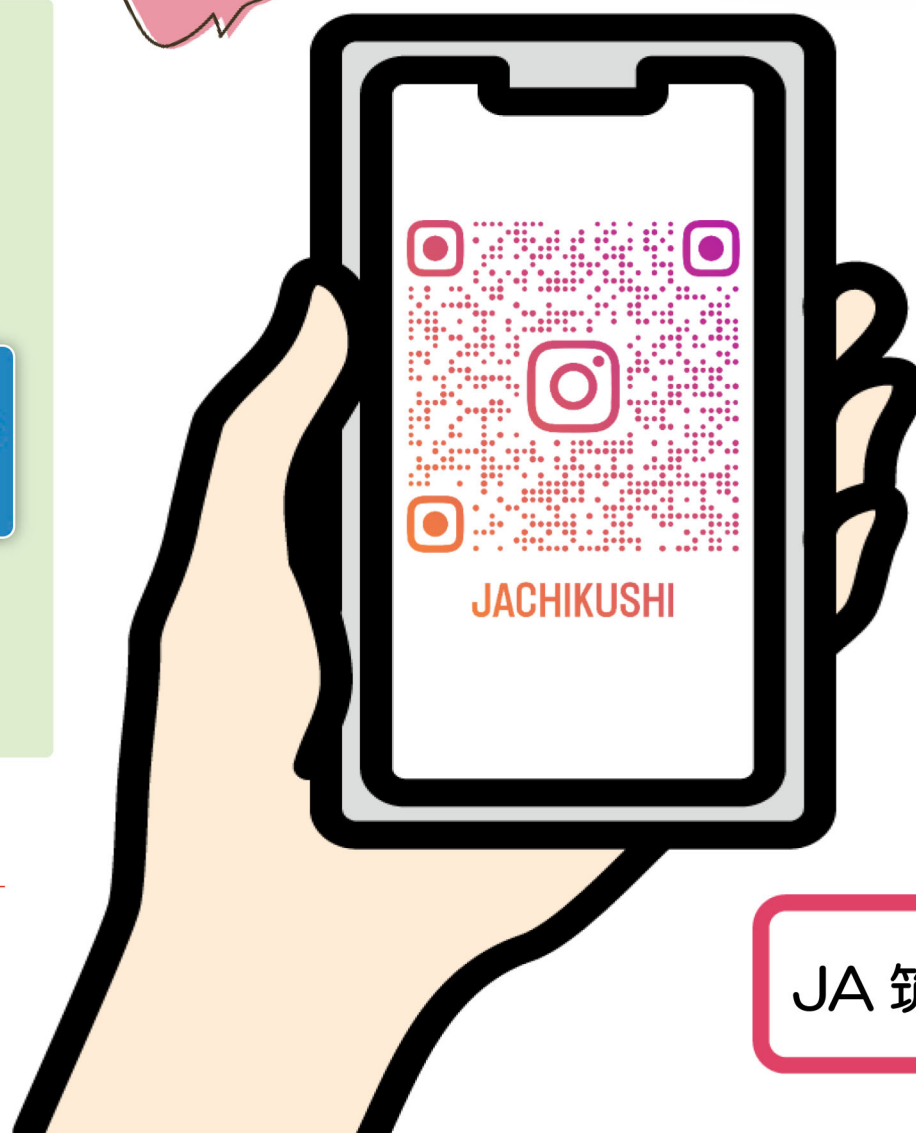
JA 筑紫の公式Instagramでは、
旬の野菜を使ったレシピや農産物直売所ゆめ畑
イベント情報などお得な情報が盛りだくさん！

総合ポイント制度

JA筑紫の組合員向けポイントカードは、各事業（信用・融資・共済・
購買・販売・その他）のご利用に応じてポイントが貯まるお得なカード
です！ポイント基準表は、JA筑紫の店舗窓口やホームページでもご覧
いただけます。

▲注意：ポイントカードを所持できる枚数は、1人1枚です。

JA筑紫ホームページ（ポイントカードのページ）へ
スマートフォンで読み取ってご利用ください。



ポイントの
有効期限について
お知らせ

貯まったポイントには、有効期限があります。
**令和3年3月末までに獲得されたポイントは、令和5年3月末に
失効となりますので、お早めにご利用をお願いいたします。**
※失効予定ポイントや残高は、金融店舗窓口・購買店舗・ゆめ畑で確認することができます。
詳しくは、各支店・出張所・事業所にてお尋ねください。

JA 筑紫 Instagram

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：借入申込みについて

JAの概況 令和5年1月31日 現在

貯金	3,901.10億円	販売品販売高	15.32億円
貸出金	1,739.84億円	出資金	45.89億円
共済保有高	6,543.59億円	組合員数	正 3,143人
購買品取扱高	13.56億円	准	18,272人

大野城市

【市制施行50周年記念】クロージングセレモニー

大野城市では令和4年4月1日に市制施行50周年を迎えたことを記念して、これまでさまざまな記念事業を実施してきました。その締めくくりとして、クロージングセレモニーを実施します。

日時：3月31日(金) 午後4時～午後8時
場所：まどか広場、市役所南駐車場周辺
内容：【ゼロカーボンフェス】ペットボトルキャップモザイクアート
お別れ会【キャンドルナイトマーケット】マルシェ、キャンドルナイト、記念スライドショー上映、記念曲の披露、プロジェクションマッピング等

問い合わせ先：大野城市 経営戦略課総合戦略 市制50周年担当
TEL:092-580-1805

太宰府市

太宰府市東風青少年少女合唱団第7回定期演奏会

はるかぜのように爽やかな歌声をお届けします。ぜひお聴きください。

日時：3月26日(日) 開場／午後2時 開演／午後2時30分
場所：太宰府館 まほろばホール
料金：無料(要整理券)
※整理券は3月1日(水)より、プラム・カルコア太宰府(中央公民館)2階事務室で配付します。

問い合わせ先：太宰府市 文化学習課文化学習係
TEL:092-921-2101

行政のイベントは、新型コロナウイルス感染拡大の状況により、変更になる場合がございます。
詳しくは、各問い合わせ先にご確認ください。

那珂川市

那珂川市青少年少女合唱団第9回定期演奏会

結成20周年を迎えた那珂川市青少年少女合唱団の定期演奏会を開催します。子どもたちの美しい歌声をお楽しみください。

日時：3月19日(日) 午後2時～午後3時30分
場所：ミリカローデン那珂川 文化ホール
問い合わせ先：ミリカローデン那珂川
TEL:092-954-2211
HP:https://www.mirika.or.jp/



詳細はこちらから

春日市

ふれぶんシネマ倶楽部「さかなのこ」

魚類に関する豊富な知識でタレントや学者として活躍するさかなクンの半生を映画化。監督・沖田修一、女優・のんが主演で、原作者のさかなクンも出演します。

日時：4月15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：金:300円(施設利用料)
※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)
問い合わせ先：春日市ふれあい文化センター
TEL:092-584-3366
※月曜休館(祝日を除く)

筑紫野市

第16回ハーモニーフェスタinちくしの ともに歌う喜び～祈りを込めて～

小学生からシニア世代までの幅広い年齢層の7グループが出演する市民合唱祭。3年ぶりに響き合うハーモニーをぜひお楽しみください。

日時：3月26日(日) 開場／午後1時 開演／午後1時30分
場所：筑紫野市文化会館 大ホール
料金：金：一般300円
※高校生以下無料
※全席自由、未就学児も入場できます。
問い合わせ先：筑紫野市文化会館
TEL:092-925-4321



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 4月号 April 2023 表紙の人 草笛 光子 さん

特集

言い換えて円満

瀬尾幸子が教える 料理がおいしくなる理由
明るい色で気分が上がる 農作業着カタログ

ご購入のお問い合わせ
お申込は...

JA筑紫 生活福祉課

耕そう、大地と地域の未来。



「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。



ふあみーゆ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。



この印刷物は、CSR
に取り組む印刷会社
が製作した印刷物です。

P-00154

編集後記



だんだんと暖くなり、春の陽気を感じる日も増えましたね！最近では正月太りを解消するべく、ランニングを再開しました！休日は家に引きこもりがちですが、運動の習慣をつけて健康を維持したいです！ 椿



春は過ごしやすい気候で好きなのに、つらい花粉症のシーズンでもあります…。ここ数年はマスクのおかげかあまり症状が出なかったのですが、今年は先月から鼻のムズムズや目のかゆみが出始めてしまいました。外出時はしっかり対策をして、春を楽しみたいと思います！ 日下部

勝手に



特派員

JA職員が管内で撮影した
自慢の写真をお届けします！



#山田支店に飾られていたひな人形／大野城地区職員

警察署 コーリン



自動販売機ねらいが増えています！

工事現場や公園などの人けのない場所や1台だけポツンと置かれている自動販売機の中から現金を盗む窃盗が増えています。



不審な人や車を見かけた時・不審な物音を
聞いた時は110番通報してください

福岡県警察公式YouTube

歌とダンスでSTOP!ニセ電話詐欺

筑紫地区の市役所、消防署、警察署でニセ電話詐欺の手口をわかりやすく紹介した動画を作成しました。お子さんやお孫さんと一緒にぜひご覧ください。



春日警察署
TEL:092-580-0110

筑紫野警察署
TEL:092-929-0110

JA筑紫 3・4 月お知らせカレンダー

コミュニケーションマガジン

JA 筑紫

3
MARCH

月	火	水	木	金	土	日
			16	17	18 米	19 米 休 資材配送センター ゆめ畑春日店 春日公園防災フェス出店
20	21 春分の日	22 休 ゆめ畑 太宰府店・春日店	23	24	25 米 ゆめ畑春日店 5周年イベント ゆめ畑筑紫野店 感謝セール	26 米 休 資材配送センター
27 税 牛頭支店 筑紫駅前支店 春日支店	28 米	29	30	31		

4
APRIL

					1 米	2 米
3	4	5 税 二日市支店 春日南支店 安徳支店	6	7	8 米 ゆめ畑太宰府店 感謝祭	9 米
10	11	12	13	14	15 米 ゆめ畑那珂川店 感謝セール(16日まで)	

米 ゆめ畑で米を割引販売している「米の日」 税 税務無料相談日 休 ゆめ畑定休日・資材配送センター定休日

※税務相談は予約が必要です。詳しくはP13をご覧ください。

※ゆめ畑のイベント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
太宰府店	TEL:092-921-8600
筑紫野店	TEL:092-919-7117
春日店	TEL:092-501-1616
那珂川店	TEL:092-952-2971 (西部グリーン店を含む)

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
農機具に関するお問い合わせ	TEL:092-922-0531
農機センター	(那珂川) TEL:092-952-0769

March 2023 19