

FOR YOU WITH MII
自然と夢とやすらぎを次代へ

あぐりピープル
People

2026 Mar
3
Vol.419

JAみい

特集

ムダなく、楽しく!
食品ロス削減 買い物術



元気KID'S
表紙の紹介は16ページ

ムダなく、楽しく！

食品ロス削減 買い物術

イラスト：小林裕美子

ついつい食品を買い過ぎてしまったり、気付けば賞味期限が過ぎていたり……。毎日の暮らしには、食品ロスが生まれる落とし穴が多くあります。ちょっとした工夫で、楽しく食品ロスを削減できる買い物術を身に付けましょう。

買い物準備編

食品ロス削減は買い物前が勝負！

まずは冷蔵庫などの中身をチェック！

家の中のどこにどんな食品があるかを把握しましょう。必要な食材が明確になると、買い過ぎなどによる廃棄を減らすことができます。

POINT

家族の1週間の予定はどうか。
外食などする予定はあるか

POINT

買い置きしてあった食品が冷蔵庫や食品棚に眠っていないか

POINT

食品の消費期限・賞味期限はいつまでか



POINT

今ある食材も活用しながら、1週間で使い切る献立を考えておく

POINT

メモ書きの代わりにスマートフォンなどで撮影してもOK

消費期限と賞味期限の違い

消費期限

惣菜やパン、弁当など

安全に食べられる期限のこと。消費期限を過ぎたら食べない方がよいので、小まめに消費期限を確認して廃棄を防ぎましょう。

賞味期限

カップ麺や缶詰など

おいしく食べられる期限のこと。賞味期限が過ぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。廃棄する前に、色やにおいなどを確認し、まだ食べられるか判断しましょう。

※どちらも未開封の状態に表示通りに保存した場合の期限です。開封後は期限にかかわらず早めに食べ切り食品ロスを防ぎましょう。

空腹時は買い物を避けよう

空腹時の買い物では、最大で1・6倍以上出費が増えたという研究結果もあります※。空腹を避けて買い過ぎを防ぎましょう。

※「空腹時の買い物は出費が1.6倍増える」という結果は、東京大学経済学部の研究による。

食品ロスの半数は私たちの家庭から

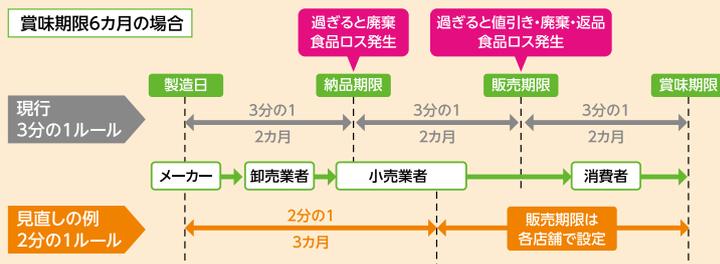
食品ロスとは、本来食べられるのに廃棄されてしまう食品のことです。日本では年間464万tの食品ロスがあり（令和5年度）、うち半数は食べ残しや消費期限または賞味期限切れ、過剰除去などの「家庭での食品ロス」とされています。



一人当たり年間37kgの食品ロスが出ています

企業も取り組む食品ロス削減 3分の1ルールの見直し

新鮮な食品を届けるため、メーカーや卸売業者と小売店との間で賞味期間を3等分し、その期間内に納品する「3分の1ルール」という商習慣があります。この期限を過ぎると賞味期限内でも廃棄される恐れがあるため、現在は見直しを進めている企業もあります。



買い物編

買い物上手になるコツ

買い物メモなどを見ていつ食べるのか考えながら、必要な分だけ食品を購入しましょう。メモにない食品は本当に食べ切れるかを考えてから買うかどうか決めるようにして、食べる予定のないまとめ売り商品や特売品などの衝動買いは控えましょう。

すぐに食べる商品は「てまえどり」

できるだけ賞味期限が長い物を買おうと、棚の奥から商品を取ってしまうことがあります。これは賞味期限が近い商品の売れ残りや廃棄を促すことにつながります。すぐ使う食品であれば、棚の手前の賞味期限が近い物から取りましょう。

季節限定の食品は「予約購入しよう」

うなぎ、クリスマスケーキ、恵方巻などの季節商品は売れ残ってしまうと廃棄されてしまうことも。それを防ぐために、季節商品の完全予約制を取り入れる企業も増えています。家族や友人と食べ切れるサイズの物を予約して購入しましょう。

家庭ではどんな食品が捨てられているの?

捨てられてしまう食材

- 1位 ご飯・パンなどの主食
- 2位 野菜類
- 3位 おかず(肉や魚などの主菜)

捨てられてしまう理由

- 1位 食べ切れなかった
- 2位 傷んでしまった
- 3位 消費・賞味期限切れ

監修者より

野菜は水分量が多く腐りやすいため、家庭で食品ロスになりがちです。これを防ぐためには適量を買うこと、適切な場所に保管すること、市販の野菜保存袋を活用することが大切です。農家の人と野菜に敬意を払いましょう。



保管編

上手に保管しておいしく食べよう

冷蔵庫が満杯だと、冷気が循環せずきちんと冷えない場合があります。食品が傷みやすくなります。冷蔵庫の容量の7割程度を目安に保管しましょう。



POINT

同じ食品が多いときは消費期限や賞味期限が近いものを手前に

POINT

詰め過ぎずスペースを空けておく

POINT

作り置きは中身が見える容器で保管

POINT

冷凍庫は縦収納で探しやすい

※冷凍庫は隙間なく詰めると食品同士が保冷剤のような役割を果たし冷却効率が高まります。

POINT

週に1度は冷蔵庫のお掃除デーを作る

POINT

使いかけはクリップで留め目立つところへ

POINT

食品ごとに定位置を決める



監修：井出留美

農産物を作るために農家は命を費やして働いています。また、さばかれた家畜の肉が捨てられてしまったら彼らは二度死ぬことになります。食べ物は命の結集です。大切に食べましょう。

【食べ切れない場合はフードドライブなどに】

家庭で食べ切れなくなった食品は、フードドライブを通して支援を必要とする方々に届けるフードバンクや子ども食堂などに寄付するのも食品ロスを削減する方法の一つです。JAでもこれらの活動に取り組んでいます。

1 農田をなくそう



広域農機センター初荷出発式 作業安全を祈願

JA全農ふくれんと久留米地区4JA(筑前あさくら、にし、みい、くるめ)が農機事業部門の一体運営を行う筑後北部広域農機センターは1月9日、農業機械の初荷出発式を開催しました。初荷はトラクターや管理機など計15台で、運搬トラックは「初荷」と書かれたのぼり旗を掲げて購入者のもとへ一斉に出発しました。出席した4JAとJA全農ふくれんの役職員たちは、拍手でトラックを見送りながら今年一年の作業安全と事業繁栄を祈願しました。



▲ 初荷を載せて出発するトラック

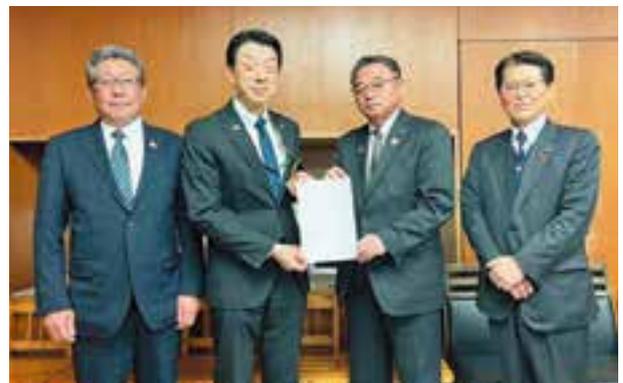
8 働きがいも経済成長も



合併認可書交付式

新JAスタートへ

久留米北地区3JA(にし、みい、くるめ)は2月6日、福岡県庁で執り行われた合併認可書交付式に出席しました。県より合併認可書が交付され、正式に合併が認可されました。新JA誕生に向けた大きな節目となり、出席した各JAの組合長は、新体制への決意を共有しました。3JAは令和8年4月1日付で合併し、新たにJA福岡くるめとして発足します。今後は地域に根ざした事業や活動を一層強化し、信頼されるJAづくりを進めていきます。



▲ 合併認可書を受け取る平田浩則組合長(右)

12 つくる責任 つかう責任



廃棄農薬・農薬容器回収 適正処理を支援

JAみい生産資材課は12月9日、経済センター小郡本店で廃棄農薬や農薬容器を回収しました。持続可能な開発目標(SDGs)への取り組みの一環で、適正処理を促し、環境負荷の低減に繋げる狙いです。組合員や生産者104名は、期限切れなどで不要になった農薬、使用済みの農薬容器を持ち込みました。担当者は、農薬の種類や容器の材質、名称の特定可否など、10分類に分けて重さを計り、回収できるかラベルを確認しながら手作業で収集しました。



▲ 農薬容器を回収するJA担当職員(左)

8 働きがいも経済成長も



生産組織リーダー研修会

持続的発展へ

JAみいを含む、管内の関係機関で構成する三井地区農業振興協議会担い手部会は1月27日、JA本店で生産組織リーダー研修会を開催し、農事組合法人や生産組合の代表者60名が参加しました。九州農政局が講師となり、令和7年度補正予算や8年度当初予算について各事業や支援内容を説明しました。また、JA全農ふくれんは現状の課題を踏まえ、将来ビジョンと集落営農の寿命を同時に考える必要性を提起し、組織間連携・合併の全国事例を紹介しました。



▲ 熱心に耳を傾ける参加者



2 目標をゼロに



切り花部会 フラワーアレンジ 消費者ニーズ把握

JAみい切り花部会婦人部は12月26日、営農センターでフラワーアレンジ教室を開催し、部員22名が参加しました。生産者自ら装飾してニーズを掴み、一層の生産拡大に繋げる狙いです。材料には、部会で栽培するトルコギキョウや金魚草など約20品目を用意し、小郡市の生花店を講師に招いて生け方や色合い、配置の工夫などを学びました。参加者は、南天や松竹梅、葉牡丹などの縁起物も取り入れ、正月飾りにふさわしい華やかな作品2点を作り上げました。



▲ 生け方を教える講師(右)

4 質の高い教育をみんなに



金島小学校 出張授業

有機JAS伝える

JAみい小松菜部会の馬場量経さんは2月6日、久留米市立金島小学校5年生に出張授業を行い、令和6年に認定を受けた有機JAS(日本農林規格)認証について説明しました。写真を見せながら播種から出荷までの栽培工程を伝え、化学肥料を使った栽培との違い、認証の仕組みなども紹介しました。また同日には、JAと久留米市が連携した初の試みで、馬場さんの有機小松菜が北野町の4小学校と1中学校の給食でおひたしにして提供されました。



▲ 有機JASを説明する馬場量経さん

3 すべての人に健康と福祉を



大刀洗中央支店 ミニ四駆大会 白熱レースに歓声

JAみい大刀洗中央支店は2月7日、第4回JAミニ四駆大会を開催しました。JAファンづくり活動の一環で青年部大刀洗支部と企画し、小学生以下の子ども32名が参加しました。参加者は親子でミニ四駆を組み立て、青年部員や支店職員がサポートしました。完成後は特設コースでトーナメントを行い、熱戦を繰り広げました。表彰式では上位3名を表彰し、JA全農ふくれんのうどんやラーメンなどを贈呈しました。また入賞者以外にも抽選で景品を贈り、大盛況でした。



▲ レースで競う子どもたち

1 貧困をなくそう



小郡中央支店 サンタ訪問

夢と笑顔届ける

JAみい小郡中央支店は12月24、25日の両日、JAファンづくり活動の一環で管内の保育園3カ所にクリスマスサンタ訪問を行いました。渉外担当職員がサンタの衣装を着て登場し、プレゼント計330個を園児に手渡しました。園児からは、住んでいる場所や赤い服を着る理由、煙突のない家への入り方などの質問が上がりました。また、各支店では23日から3日間、こども共済の新規加入者宅をサンタ姿で訪問し、子どもたちにお菓子をプレゼントしました。



▲ プレゼントを手渡す支店職員(左)

家族で楽しむおいしい一皿

目にも体にも優しい、野菜の彩りを楽しむ料理

ブロッコリーの栄養を逃さず食べる春色パスタ



ブロッコリーのオイル蒸しとしらすの pasta

作り方

- ① 水(2L)に塩(大さじ1)を入れて沸かしておく。ブロッコリーは小房に分けて、軸は外側をむいて細かく切る。ニンニクはみじん切りにする。
- ② ニンニク、唐辛子、オリーブ油をフライパンに入れて弱火で加熱する。香りが出てきたらブロッコリー、水(300ml)、塩(2つまみ)を入れてふたをし、中火でオイル蒸しにする。10分たったらフライパンの中でブロッコリーをよくつぶし、しらすを混ぜ合わせておく。
- ③ パスタを袋に表記された時間通りにゆで、ゆで上がったら②に絡める。仕上げにこしょうとオリーブ油(分量外)をかけて出来上がり。

材料(2人分)

ブロッコリー … 1株(200g) 塩 …… 大さじ1+2つまみ
 ニンニク …… 2片(10g) パスタ …… 200g
 唐辛子(お好みで) …… 少々 しらす …… 20g
 オリーブ油 …… 大さじ2 こしょう …… 少々
 水 …… 2L+300ml

ポイント

ブロッコリーをくたくたになるまでゆでるのがポイントです。味見して塩味が足りなければパスタのゆで汁を少し加えましょう。

アレンジ

- しらすの代わりにアンチョビやたらこを使う
- レモンを搾ったり、粉チーズをかける

スパイス

キャロットケーキ



春ニンジンの甘さとスパイスを生かした養生デザート

作り方

- ① オーブンは180度に予熱しておく。バターとクリームチーズを常温に出して軟らかくしておく。ニンジンすりおろしておく。薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。ミックスナッツは粗く刻んでおく。
- ② ボウルに卵と砂糖を入れて泡立て器でよく混ぜる。サラダ油を少しずつ入れながら混ぜ合わせたらニンジン、レーズン、ミックスナッツを入れてさらに混ぜる。ゴムべらに持ち替えて①でふるった薄力粉とベーキングパウダー、シナモンパウダー、ナツメグを入れて切り混ぜる。
- ③ クッキングシートを敷いたパウンドケーキ型に流し込み、オーブンで35分程度焼く。竹串を刺して生地が付いてこなければ焼き上がり。網の上で冷ます。
- ④ チーズクリームの材料をよく混ぜ合わせて、冷めたケーキの上に塗り、冷蔵庫で30分ほど冷やして出来上がり。

材料(長さ18×幅8×高さ6cmのパウンドケーキ型1台分)

ニンジン …… 150g ミックスナッツ …… 30g
 卵 …… 2個 ナツメグ …… 少々
 砂糖 …… 90g レーズン …… 30g
 サラダ油 …… 100ml チーズクリーム
 薄力粉 …… 120g クリームチーズ …… 40g
 ベーキングパウダー …… 小さじ1 砂糖 …… 10g
 シナモンパウダー …… 小さじ1/2 バター …… 10g

アレンジ

ポイント

混ぜるだけでコッなく作れる簡単レシピです。春のニンジンは甘くてみずみずしく、スイーツにもぴったりです。

- ショウガやカルダモンなどお好みのスパイスを加える
- チーズクリームの代わりに、水切りヨーグルトに砂糖を入れて添える

JAみい直売所

めぐみの里通信

日替わり弁当をはじめ、きのこ炊き込みご飯、かしお飯など、各種お弁当を販売中です。さらに3月からは、カツ丼・チキン南蛮・おでん・オムライスも新登場! 豊富なメニューを取り揃えていますので、ぜひお買い求めください♪



JAみいとして最後の開催! 20周年記念 大感謝祭

3月12日(木)午前9時~

野菜の詰め放題
1袋500円(無くなり次第終了)

キッチンカーもやってきます!!

※内容を変更する場合がありますのでご了承ください。

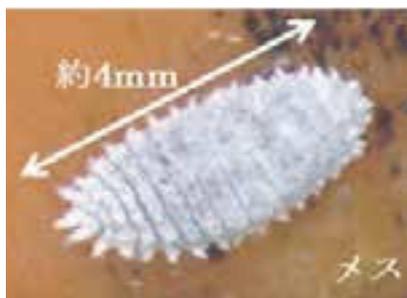
小郡市上岩田1076-1 ☎0942-72-8866

● 通常営業時間: 午前9時~午後5時30分

● 定休日: 水曜日

果樹カイガラムシ類の防除

カイガラムシ類は、植物に寄生して樹液を吸い、成長を阻害する害虫です。近年、温暖化などの影響により、発生が早まったり期間が延びたりすることで、被害が年々大きくなっています。主な被害として、カイガラムシが体から出す甘い液体(甘露)を元に引き起こされるすす病や、果実表面への寄生による外観の悪化、さらに、樹の栄養分を吸汁されると樹勢の低下や枯死につながります。福岡県で発生する主要な果樹カイガラムシ類は、フジコナカイガラムシ、ナシマルカイガラムシ、ルビロウカイガラムシ等があります。このうちフジコナカイガラムシはカキの重要病害虫となっています。



フジコナカイガラムシ



ナシマルカイガラムシ



ルビロウカイガラムシ

防除のポイント

①適期を逃さない

カイガラムシは自分の身を守るために口や殻で体を覆うため、薬剤が効きにくい。ただし、生まれてすぐの「歩行幼虫」の時期(孵化直後)は口や殻をもっていないので、この時期に集中的に防除を行うのが効果的です。園内をよく観察し、前年の発生状況を参考にしながら、適期をしっかりと見極めましょう。

②「かけむら」のない散布

枝の分岐部や樹幹内部など、薬剤が届きにくい場所に定着しやすいのも特徴です。散布にむらがあると、生き残った個体が次の世代につながり、被害が長期化してしまいます。枝や幹の内部まで丁寧に散布し、「完全にたたく」ことで防除効果を高めましょう。



ふ化幼虫

ふ化直後は体表の口物質が無い

世代が重なって発生!



被害が長期化する要因

〒839-0827 久留米市山本町豊田1506-19

福岡県朝倉農林事務所 久留米普及指導センター 果樹畜産課 果樹係

☎ (0942)47-5101(代) FAX (0942)47-5105



難しさに挑み
進化を続ける

ちんげんさい部会 部会長 **馬場 真希**さん (39歳) 農業歴：14年 北野町



ファーマーの紹介

馬場さんは、お義父様の経営を継いで就農されました。現在はハウスでちんげんさい、露地でほうれん草やブロッコリーを栽培されています。最終回の今日は、馬場さんにちんげんさいにかかる想いや栽培のこだわりについて伺いました。

Q. ちんげんさい栽培を始めたきっかけは？

A. 義父が小松菜を栽培していたため、就農当初はそのまま引き継いで小松菜を作っていました。5年前、ちんげんさいはまだメジャーではなく栽培も難しい野菜でしたが、あえて挑戦することを決めました。部会員の方々に栽培方法を教わったほか、静岡県や茨城県、愛知県へ産地視察にも行き、技術を学びました。

Q. 栽培でのこだわりは？

A. 収穫の適期を見極め、採り遅れがないよう心がけています。また、春秋用・夏用それぞれでよい良い品種を探すため、毎年2〜3品種を試験栽培しています。暑さに強い品種は需要が高く、種が手に入りにくいのが悩みです。他には、カンボジア、ベトナム、フィリピン出身の実習生を10〜17人雇用しており、収穫や調整作業が少しでも楽しくなるよう、ハウス内ではフテン系の音楽を流しています。

Q. 栽培で苦労する点は？



牡羊座 (3/21~4/19)

運勢は次第に上昇。ちょっとした気遣いが相手の心に響きます。1人で動くよりも協力者を募りましょう





▶馬場さん(前列左から2人目)と従業員や実習生の皆さん

A. 近年の猛暑により、夏の栽培が大きな課題になっていきます。他産地と比べても気温が高く、葉焼けなどの症状が出やすいため、栽培の難しさを実感しています。

そのため部会では昨年からは、夏場の主力規格をL・Mサイズからミニちんげんさいへ切り替えました。L・Mサイズに比べて収穫までの期間が短く、高温の影響を抑えられる利点があります。

Q. 栽培状況について教えてください

A. 夏は播種から10日で定植し、25日後に収穫、冬は播種から20日で定植し、60日後に収穫しています。

育苗してから定植することで、直播きより10〜15日早く収穫でき、回転数も通常の5〜6回転のところに8回転まで上げることでできています。

Q. ちんげんさい部会はどんな部会ですか？

A. 現在、30〜40代を中心とした若手の部会員15名が所属しています。後輩は積極的に意見を出し、先輩は率先して引張るなど、結束力が高く活気あふれる部会です。

Q. 今後の目標を教えてください

A. 子どもたちが「やってみよう」と思える農業を目指し、これからも続けていきたいです。



ちんげんさいと鶏肉のケチャップ炒め

材料(2人分)

- ・ちんげんさい……………2株
- ・長ねぎ……………1本
- ・にんにく・生姜……………各1片
- ・鶏ささみ……………4本
- A [・酒……………小さじ1
- ・塩・コショウ……………少々
- ・片栗粉……………大さじ1
- ・豆板醤……………小さじ1
- B [・中華スープ……………1/4カップ
- ・酒・砂糖……………各大さじ1
- ・しょうゆ……………大さじ1/2
- ・トマトケチャップ……………大さじ3
- C [・片栗粉……………小さじ1
- ・水……………大さじ1
- ・サラダ油……………大さじ1

作り方

- ①ちんげんさいは茎と葉に分け、茎は食べやすい長さに切ってから根に近い部分は6等分くらいに切り分け、葉はざく切りにしておく。長ねぎは斜め薄切り、にんにくと生姜はみじん切りにする。鶏ささみはそぎ切りにし、Aをもみ込んで10分くらい置いておく。
- ②鍋に熱湯を沸かし、ちんげんさいは茎の部分を長めに、葉はざつと茹でるようにしてザルにあげて水気を切る。鶏ささみは片栗粉をまぶしてくっかないように茹でて水気を切る。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、にんにくと生姜を炒めたら長ねぎと②を加えて炒め合わせ、豆板醤を加える。合わせたBを加えてひと煮立ちさせ、Cの水溶性片栗粉を加えてとろみをつける。

女性部 キラリ

女性部 ふれあいの旅 みつろう作り体験と熊本郷土料理・熊本城・ 桜の馬場城彩苑散策日帰りの旅

JAみい女性部は1月28日(水)「ふれあいの旅」を開催し、36名の部員が参加しました。

熊本市食品交流会館では、蜜蜂が巣を作る際に分泌するロウ「みつろう」を使ったろうそく作りを体験しました。みつろうを花びらの形に切り、オリジナルろうそくを完成させました。

昼食は「城見櫓」にて、馬刺しや阿蘇牛のハンバーグをはじめとする熊本の郷土料理を堪能しました。会場の窓からは熊本城を望むことができ、風情ある景色も楽しみました。

その後は熊本城で天守閣まで登って城内からの眺望を満喫。桜馬場城彩苑の散策も行い、それぞれが思い思いの時間を過ごしました。

食事場所屋上にての記念撮影



戦国時代にタイムスリップ



熊本城をバックに、はいチーズ

女性大学第3講 知って得する!できる大人に テーブルマナー講座♡

JAみい女性大学は1月19日(月)、ホテルクラウンパレス北九州にてテーブルマナー講座を開催し、15名が参加しました。

講座では、エチケットは「食事の礼儀」、テーブルマナーは「相手を敬う心遣い」であることの違いについて学びました。テーブルマナーの基本は、自分も相手も美味しく楽しく食事をするにありと教わり、参加者は一つひとつの所作の意味を理解しながら実践しました。

また、閉講式では井元女性部長が「女性部は楽しく、さまざまな学びや交流の機会があります。これからも多くの学びの場を作っていきたいと思いますので、ぜひまたご参加ください。」と挨拶しました。



無事に修了しました。



受講生に挨拶する井元部長



松熊専務より修了証書を受け取る受講生

テーブルマナー講座を楽しみました。



双子座 (5/21~6/21)

駄目なものに執着しないように。気持ちの切り替えが大切です。仕事は大きな計画変更を避けて取り組んで



あなたの
豊かなセカンドライフを応援します

年金
友の会
あいん

3月号



今月のお知らせ



年金友の会活動 総括

JAみい年金友の会は、年金受給者相互の融和と親睦をはかり、健康で明るく生きがいのある社会づくりに貢献することを目的として、様々なイベントを開催しました。

主な活動

年金友の会感謝祭

年金友の会の会員の皆様を対象に、3年に1度のイベントとして盛大に開催しました。

期日 令和7年5月23日
場所 大刀洗ドリームセンター
(約300名参加)



年金友の会旅行

年金友の会会員の皆様のふれあいの輪を広げ、親睦を深める目的で実施しました。

保養の旅

期日 令和7年12月4日
自然の恵みと美味しい地元食材・糸島の絶景を味わう癒やし日帰り旅
(77名参加)

陽春の旅

期日 令和8年3月5~7日
大塚国際美術館と世界遺産姫路城3日間
(22名参加予定)



グラウンドゴルフ大会

年金友の会会員の皆様を対象に参加者を募集し、JAみい大会を開催しました。

JAみい大会

期日 令和7年10月7日
場所 小郡市たなばた運動公園
(76名参加)



年金感謝デー

年金友の会会員の皆様を対象に、日頃の感謝の気持ちを込めて開催しました。

期日 令和7年 6月13~19日
令和7年10月15~21日
令和8年 2月13~19日
場所 各支店

親善ゴルフ大会

年金友の会会員の皆様を対象に参加者を募集し、JAみい大会を開催しました。

JAみい大会

期日 令和7年10月21日
場所 八女上陽ゴルフ倶楽部
(67名参加)



来年度も年金友の会では、様々な活動を行っていく予定です。
興味のある方はお気軽にご連絡ください。



令和7年度JAみい臨時総代会開催

組合員・地域住民にとって魅力ある「農業協同組合」を



議長の堀田廣志氏



全3議案原案通り 全て承認

2月13日にJAみい本店において、臨時総代会を開催しました。総代496名(本人出席150名・書面議決346名)出席の下、議長に堀田廣志氏(北野中央支店管内)が選任され、粛々と議事が進行されました。提出された全3議案は、原案通りに全て承認されました。

議事に先立ち、平田浩則組合長は「久留米北地区3JA(にじ、みい、くるめ)において、お互いが共有する様々な農業・JAに関する課題を解決することを目的に、「農業・JA経営戦略研究会」を発足し、約2年間にわたり「JA間連携(共同化)」と「戦略的合併」について研究を行った。さらに、令和6

年11月より「戦略的合併」について研究、検討を重ね、令和7年10月10日に「合併予備契約調印式」を終え、10月25日の臨時総代会で合併の承認をいただき、令和8年4月1日より「JA福岡くるめ」としてスタートすることとなった。

新しいJAにおいては、これまで以上に広域で経営資源(ヒト・モノ・カネ・情報)を結集し、事業戦略に応じた職員の再配置によるサービスの強化や継続、盤石なJA経営基盤の確立による組合員利用施設の計画的な投資・改修等により、組合員・利用者の営農と生活を支え、地域の信頼に込えていく。組合員・利用者の皆様が「合併して良かった」と思っていただけるJAづくりを役員一体となって全力で行っていくと挨拶しました。

提出議案

- 第1号議案 合併に伴う理事の退職慰労金の支給について
- 第2号議案 合併に伴う監事の退職慰労金の支給について
- 第3号議案 合併に伴う役員退職慰労金引当規程の廃止について



花粉症・呼吸器症状が 悪化しやすい春先の農作業

監修 呼吸器内科 渡邊 絵里奈 医師

ケース

春先になり、畑の準備や草取り、ハウス周りの作業が本格化。外で作業をしていると、くしゃみや目が止まらない・鼻水や鼻つまり・咳が出る・息がしにくい感じがする、といった症状が出てきた。「毎年の花粉症だから仕方ない」と思い、マスクを外したまま作業を続けていたところ、夕方には喉の違和感や息苦しさが強くなってしまった。

初期対応

花粉やほこりによる症状は、早めの対応が大切です。

- 1 作業を中断する
- 2 花粉やほこりから離れる
- 3 メガネやマスクを着用する
- 4 症状が続く場合は無理をしない

医師の見解

春先は花粉だけでなく、農作業による土ほこりや肥料の粉などが加わり、呼吸器に負担がかかりやすい時期です。花粉症だと思っても、喘息や気管支のトラブルが隠れていることもありえます。息苦しさを咳が続く場合は、早めに医療機関へ相談してください。



受診を考える目安

次のような症状がある場合は、早めに受診を検討しましょう。

- ・咳や息切れが続く
- ・目のかゆみやくしゃみが止まらない
- ・夜間や早朝に咳が強く出る
- ・ゼーゼー、ヒューヒューと音がする
- ・さらさらとした鼻水が出る(2週間以上続く)
- ・市販薬を使っても改善しない

J A 共済の「医療共済」では、花粉症の治療で手術を受けた場合でも、共済金が支払われる可能性があります。詳しくは、J A 各支店までお気軽にご相談ください。



◀その他の記事はこちら

手に
軽に
健康



体操

猫背になって
いませんか？

日本体育大学准教授

伊藤 由美子

年齢を重ねるにつれて背中丸みが気になることはありませんか？ 高齢になると、背骨の変形や体幹の筋力低下により、猫背（円背・えんぱい）になる場合があります。背中が丸まった姿勢になると、骨盤が後屈し、膝を曲げたり、顎を出して体全体のバランスを取るようになります。歩幅は制限され、小股やすり足で歩くと転倒の危険があります。また誤嚥(ごえん)を招く可能性もあります。猫背にならないように普段から、いすに座るときも意識的に姿勢を整えましょう。

さて今回は、足踏みと手拍子を繰り返しながらリズムカルに体を動かします。いすに座った状態で体を動かすときは、深く腰かけ過ぎず、やや浅めに座って無理のない範囲で取り組んでみましょう。

レッツ、トライ！ 足踏み+手拍子

日本体操協会公認
体操プログラム
「The Taiso
(ザ・タイソウ)」
20秒バージョン

号令あり



号令なし



1 いすに座って準備をします。



2 腕を振りながら足踏みを4回します。



3 手拍子を4回します。



4 腕を振りながら足踏みを4回します。



5 手拍子を2回します。



6 両腕を上げましょう。

※初めは無理をせず、ゆっくりとできる範囲で続けましょう。
※慣れてきたら⑥の腕を上げる部分を、両肩など体をタッチする動作に置き換えてみましょう。

神社の石造物・石工の技10

山北石工と長野石工

久留米市市民文化財保護課 白木守

これまで北野町内の神社の石造物について紹介してきましたが、最終回は石造物を製作した石工についてのお話です。石工とは石切り場から切り出した石を製品として加工し、組み立てたりする技術者のことで、古くから石塔などの製作や、お城の石垣構築などにも携わってきました。江戸時代になると石造文化の発達とともに様々な石造物が作られ、特に神社の灯笼や狛犬、鳥居などに代表されるように、多くの作品が伝わっています。

久留米藩の石工は、生葉郡(現：うきは市)の山北と上妻郡(現：八女市)の長野の二大石工集団が知られています。北野町では筑後川沿いという地理的な理由から、山北石工による石造物が多くみられます。山北石工は寛文年間(一六六一〜七二)に長州(山口県)から招かれたと伝わり、作品には山北村一帯で産出する良質な安山岩が使われています。石工名が記されるのは一七二〇年頃からで、江藤・白石・秦などの姓を持つ山北村の石工が確認できます。一八三〇年代になると生葉郡小塩村にも石切り場が開かれ、原田・高浪などの姓も登場します。北野町で確認できる最も古い石工名は、鯨久保水神社(高良)の天明三年(一七八三)の石祠に刻まれた秦幸市則高。同石工は鳥巢天満宮や赤司八幡宮の鳥居、北野天満宮や八重亀天満宮の狛犬などにその名を見ることが出来ます。



▲石工銘「秦幸市則高」

一方、長野石工は肥後(熊本県)の石工の系譜を引き、長野村一帯で産出する阿蘇溶結凝灰岩を用いています。この石材は古墳時代には石棺や石人・石馬にも使われていました。現在でも八女の灯笼や上陽の石橋は有名ですね。ただし北野町の神社では高島天満宮の狛犬や、北野天満宮の石橋などに長野石工の池田・内山姓が見える程度で、運搬に労力を要するためか、長野石を使っただけの石造物はあまり見られません。

神社には多くの石造物がありますが、その中で石工名が見られるのはごく一部。石工にとつて特別な作品にのみ名を残したのか、あるいは発注者からの依頼であったのか、その理由ははっきり分かりませんが、名を刻むことに石工の強い責任感や誇りが感じられます。石造物に刻まれた寄進者や年号に加え、石工の名前を探すのも、神社を巡る上での楽しみの一つにしてみませんか。

四季おりおりの歌

北野短歌会

母のつくりしおはぎにちまき、かしわもち

あづきを炊けば思い出さるる

田久保節子

剪定の終わりし庭の青空に

飛行機雲が一直線に

仲 テル子

〈歌会始〉選ばれし友に話きき

天皇皇后身近に感ず

永野くに子

「日本のバブル崩壊の経緯と結果」

友の書簡を日々読み返す

山口多美子

すこやかに六度目の午を迎えたる

夫とわれはも初日拝む

馬田 桂子

つるはしで白い悪魔を掘る人ら

スタックの車助け出さんと

淵上千佐子

青空にもがり笛鳴る街の中

コートの際立て家路を急ぐ

稲田美恵子

トラクターと働きし日々にもいつもありし

大根に蕪馬田瓜の丸

井上 節子

七草の粥は一合炊けば足る

夫と二人の正月七日

深松 知恵

春を待つ白梅の枝びつしりと

ふくらむ蕾と実のような雀

近藤多保子

孫の挑む「ゲーム・クリエイター」の映像を

夫と二人できょとんと見てる

久光 公恵



花便り vol.150 ラナンキュラス

ラナンキュラスは、ドレスのような繊細な花びらが幾重にも重なり、ふんわりとした花姿が魅力の花です。ピンク・黄色・オレンジ・白など花色も豊富で、ブーケやアレンジメントを一層華やかにしてくれます。切り花としても日持ちがよく、長く楽しめます。JAみいででは現在6名の生産者が栽培しており、全国に出荷しています。



施設栽培		除湿・乾燥: ●		球根冷蔵: ■		定植: 🌱		出荷: 🚚		球根掘上: ●		
5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
●				■	🌱		🚚	→				●

作付けに興味がある方は、園芸課（花担当）まで **TEL 0942-78-3039**

まちのふおとぐらふあー ✨ ✨ ✨

親子でお菓子づくりクッキング

1月10日、小郡市主催で開催され、市内の小学3～6年生と保護者を対象にケーキのデコレーション体験が行われました。同市にある洋菓子店「レーブ・ド・ベベ」のパティシエが講師となり、参加者はスポンジケーキに生クリームを塗ったり、イチゴを飾り付けたり、親子で楽しみながら完成させました。小郡市と包括連携協定を結ぶJAみいで、ケーキの具材としてJAいちご部会が生産する「博多あまおう」27パックを寄贈しました。



わがやの 天使♪



これまでに延べ1,461名のお子さま
をご紹介させていただきました。
たくさんのご応募をいただき、誠に
ありがとうございました。



ひより
琵琶ちゃん

R6
7.12生

いつも元気いっぱい
真似っこが上手なひーちゃん！
これからたくさん
笑わせてね♡

パパとママより

小郡市
松田 崇史・絵里奈さんご夫婦の長女



げんたろう
絃太郎くん

R7
12.18生

堀内家にいらっしやい！
スクスク
大きくなってね！

パパとママより

大刀洗町
堀内 隆弘・睦巳さんご夫婦の次男



ゆいか
結加ちゃん

R5
3.17生

上手におしゃべりが
できるようになってきたね！
これからも
お兄ちゃんお姉ちゃんと
仲良く元気に成長してね！

パパとママより

北野町
高木 宏一・香奈さんご夫婦の次女



元気 KID'S

りくと
陸叶くん(9)
みつぎ
光騎くん(7)
かいせい
魁晟くん(2)



檜原 康弘・樹里さんの
3人兄弟

久留米市



いつも仲よし兄弟
(左から光騎くん、魁晟くん、陸叶くん)

陸叶くん

- ・性格:優しい、よく気が利く、好奇心旺盛、元気
- ・習い事:公文、剣道、サッカー
- ・好きなこと:剣道、サッカー
- ・頑張っていること:習い事
- ・好きな食べ物:トマト、寿司、焼肉、チョコレート
- ・将来の夢:サッカー日本代表



光騎くん

- ・性格:マイペース、優しい、努力家
- ・習い事:公文、剣道、スイミング
- ・好きなこと:タイピング、外遊び、剣道
- ・頑張っていること:剣道、縄跳び、タイピング
- ・好きな食べ物:ぶどう、みかん、お肉
- ・将来の夢:コックさん



魁晟くん

- ・性格:活発、元気、面白い
- ・好きなこと:トミカやきかんしゃトーマスのおもちゃで遊ぶ、ボール遊び
- ・頑張っていること:幼児向けバランスバイク「スライダー」
- ・好きな食べ物:おにぎり



【親御さんからのメッセージ】

兄弟仲良く、周りの人への感謝を忘れずに、みんなから愛される大人になって欲しい



射手座 (11/23~12/21)

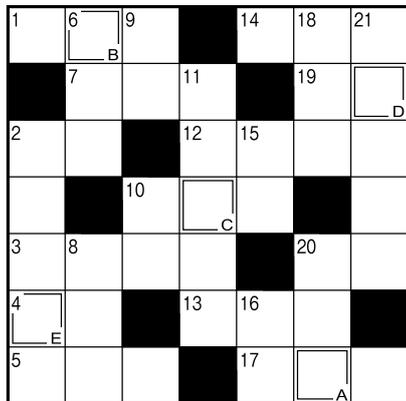
決まっていたことがひっくり返りトラブルに見舞われがち。下旬からは挽回できるのでこじらせないよう配慮を



クロスワードパズル

ヒント

縁起のいい具材を使った華やかな料理で、ひな祭りの行事食の一つ。



クロスワードを解いて、A→Eの二重ワクの文字を順に並べてできた言葉が答えです。



2月号の答え

コウカク

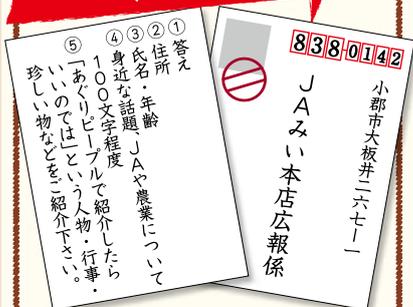
タテのカギ

- ② 卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
- ⑥ チューナーで選局して聞きます
- ⑧ わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
- ⑨ 精算するために並びます
- ⑩ アルファベットの7番目
- ⑪ 通知表ともいいます
- ⑮ 走ること。ウイニング——
- ⑯ 日本庭園の池に似合う魚
- ⑰ 熱波師が活躍しているところもあります
- ⑳ 糖度計の——を読み取った
- ㉑ 夫婦——で旅行に行った

ヨコのカギ

- ① お雛様にひな——をお供えした
- ② 力士が土俵にまくもの
- ③ オーストリアの首都
- ④ 眉間に寄せるもの
- ⑤ スケジュール帳に書き込みます
- ⑦ ——は小説よりも奇なり
- ⑩ ——、雷、火事、親父
- ⑫ タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- ⑬ 出身校をこういふことも
- ⑭ パーが紙ならチョコは
- ⑰ ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- ⑱ 鳴門海峡には大きなものが発生
- ㉑ 神社の参拝時に鳴らすこともあります

応募方法



〆切3月10日消印まで
Eメールや二次元コード、HPでも応募できます
E-mail kouhou@ja-mii.com
HP <https://www.ja-mii.com/>



先月のお便り総数は24通でした

先月号の粗品進呈者

寺福童	PN	ひーちゃん	様
山隈	PN	タッチャー	様
大板井	PN	謙	様
下高橋	PN	にゃんこ	様
三川	PN	まっかっか	様

※今月号の粗品進呈者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

地元の神社「福聚庵」の境内にチューリップ
春を待つチューリップ
小郡市大板井
ペンネーム 謙一さん

寒さの中、香り漂うう梅と実のなる木々の赤や白、せんだんの実などを玄関に飾っています。長持ちして他の花との色合いもとても綺麗で満足しています。
冬の彩りを玄関に
大刀洗町山隈
ペンネーム タッチャンさん

今年の恵方巻きは、手作りで家族に食べさせてあげたいです。材料は、せじJAみいの新鮮な野菜を使いたいと思います。
手作りの恵方巻き
小郡市寺福童
ペンネーム ひーちゃんさん

みんなの声



初孫誕生しました。元気に育つて欲しいです。
初孫が誕生
大刀洗町三川
ペンネーム まっかっかさん

お孫さんのご誕生おめでとうございます。離れていても、写真や動画で成長を見守れるのはうれしい時代ですね。
初孫に会える楽しみ
大刀洗町下高橋
ペンネーム にゃんこさん

500株を植えました。寒さで無事に咲いてくれるか、心配と楽しみ半々です。
みなさんの身近な話題やおもしろネタを大募集！
クロスワードと一緒に応募下さい！

軽油免税の代行申請受付について

令和8年度の軽油免税の申請手続きを下記の通り実施いたします。

北野地区・大刀洗地区

申請期限 令和8年4月6日(月)～10日(金)
午前9時～午後4時
申請場所 北野地区▶北野給油所(☎78-3221)
大刀洗地区▶農機燃料課(☎77-0100)

小郡地区

申請期限 令和8年4月13日(月)～17日(金)
午前9時～午後3時
※出張対応となりますので、午後3時までの受付とさせていただきます。
申請場所 小郡中央支店
(お問合せ等は、農機燃料課までお願い致します。)

※期間を過ぎますと受付が出来かねます。期間内のご来場が難しい場合は、事前にご連絡ください。
※詳細は、農事組合回覧にてご確認ください。

お問い合わせ先 JAみい 農機燃料課 ☎(0942)77-0100

[令和7年度申請分の受取期間について]

令和8年5月末までお受け取りいただけます。

合併に伴う 購買代金の利息 および引落日基準日の 改定について

令和8年4月1日の合併に伴い、購買代金の利息付加および口座引落日の基準日を改定することとなりました。

ご利用の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

	3月31日までの供給分	4月1日以降の供給分
利息付加日	引落日の90日後	引落日の60日後
	3月31日までの支払い	4月1日以降の支払い
口座引落日	毎月7日・22日	毎月10日・25日

※土日祝の場合は、翌営業日となります。
※各種予約注文書の口座引落日につきましては、個別にご確認ください。

FオンコネクトシステムURL変更のお知らせ

このたび、JAにし・JAみい・JAくるめの合併に伴い、Fオンコネクトシステムの接続URLを下記のとおり変更いたしますので、新URLへアクセスの上、ブックマーク等の更新をお願いいたします。

また、変更作業に伴い、右記期間はマイページでの会員情報(パスワード・メールアドレス)の変更をお控えくださいますようお願い申し上げます。

なお、作業の都合により、令和8年3月31日はご利用いただけませんので、あらかじめご了承ください。

ご不便をおかけいたしますが、安定運用のための措置につき、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。

※ログインIDおよびパスワード、LINEログインの変更はございません。

会員情報変更をお控えいただく期間

令和8年3月23日(月)～4月1日(水)

Fオンコネクトが利用できない期間

令和8年3月31日(火)

新URL

<https://kurume.fukuoka-jafon.jp/login/member>
(令和8年4月1日(水)からこちらをご利用ください。)

ご利用再開のお願い

新URLへアクセスの上、ブックマーク等の更新をお願いいたします。なお、令和9年3月31日までは旧URLから新URLへ自動転送いたしますが、当該期間終了後は旧URLからアクセスできなくなりますのでご注意ください。



お問い合わせ

JAみい企画広報課 ☎0942-72-2141



水瓶座 (1/20～2/18)

運勢は穏やか。美術展や演奏会に出かけるなど趣味の時間を多めに取って。季節限定のメニューを食べに行くのも◎

J A 掲 示 板

農業用廃プラスチック等の回収のお知らせ

[期日] 令和8年4月7日(火)・8日(水)
[場所] 八坂カントリー(小郡市八坂2147-1)

[集荷時間] 8時30分～14時30分
 (12時～13時は受付不可)
 ※時間厳守でお願いします。(雨天決行)

回収品目(例)
 農業用ビニール、ポリ、マルチ、肥料袋、畦畔板、育苗箱、太陽シート、灌水チューブ、谷シート、ラブシート、寒冷紗、ワイドスクリーン、塩ビ管

回収できないもの(例)
 金属製品、金属類が付いている商品、軽油・灯油等のポリタンク、農業用以外のプラスチック製品

※回収品目は、経済センター各店舗にお問い合わせください。

持参品: 委任状・印鑑
 ※委任状は経済センター各店舗、各支店営農経済課に備え付けております。
処理料金: トラックスケール計量により1kg当たり45円(税込)
支払方法: 各支店窓口、口座引落(新規の場合は口座振替依頼書が必要です)
 地区割は行いません。初日は混雑が予想されますので、2日目の搬入をお勧めいたします。

荷造り・選別方法

- ・土や砂、瓶類を除去して水切りを行い、同じ材質の物で10kg程度に束ねてください。
- ・金属類が付いている物は、金属類を取り除いてください。
- ・塩ビ管はノズル等の金属部を取り外し、1m程度にカットしてヒモ等で結んでください。
- ・トンネルビニールやマルチ等の反物は、芯棒を取り外してください。

お問い合わせ先 **経済部 生産資材課 ☎(0942)72-2333**

小郡警察署ニュース

管内の犯罪・交通事故の発生状況

【令和8年1月末現在】
 ※()は、前年同月比を示す

○**刑法犯発生状況** **25件(+7件)**
 発生件数 12件(-7件)
 死者数 0人(±1人)
 負傷者数 13人(-12人)

○**交通事故(人身事故)発生状況**
 発生件数 12件(-7件)
 死者数 0人(±1人)
 負傷者数 13人(-12人)

犯罪種別	R7年1月末まで	R8年1月末まで
空き巣	8	4
車上狙い	8	10
乗り物盗	67	102
万引き	59	35

令和8年度福岡県警察官募集

～第1回警察官採用試験日程～

福岡県警:年2回の採用試験を実施

採用試験の種類	採用予定数	受付期間	第1次試験日程		第2次試験
			1日目	2日目	
第1回試験	警察官A 男性	3月17日(火) 4月20日(月)	5月10日(日)	5月下旬 6月上旬	
	警察官A 女性				
警察官B(早期採用) 男性					
警察官B(早期採用) 女性					
警察官C	経済・語学・情報工学	8人			

○**受験申込方法**
 受付期間中に右記QRコードから福岡県警察採用サイトにアクセスし、受験案内と受験申込要領をよく確認のうえ、申込手続きを行ってください。

小郡警察署 ☎0942-73-0110
 小郡警察署ホームページに各種情報を掲載中!『小郡警察署』で検索を!

春の配送(軽油)拡販キャンペーン

配達軽油を通常よりも安く販売いたします。期間中は、何度ご注文されてもキャンペーン価格となります。

期間 **令和8年4月1日(水)～4月23日(木)**

配達数量 **40ℓ以上**

値引額

100ℓ～299ℓ	300ℓ以上	JAタンク
基準単価より 7円値引	基準単価より 9円値引	基準単価より 10円値引

※キャンペーン分は、4月25日まで配達いたします。
 ※諸般の情勢により、期間中に価格改定をする場合がございます。
 また、軽油免税の対象分は、軽油税(15円)も差し引きとなります。
 ※入れ間違いを防ぐため、ドラム缶に油種のご明記をお願い致します。
 ※品質管理上、返品・交換等はお受けできませんので、ご了承ください。

ご注文・お問い合わせ先 **JAみい 農機燃料課 ☎(0942)77-0100**

臨時休業 営業変更

のお知らせ

棚卸および合併、システム移行に伴い、臨時休業・営業変更とさせていただきます。ご利用の皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

集荷変更日時
3月30日 9時～12時

対象施設
● 園芸流通センター
● 大刀洗集出荷場

営業変更日時
3月31日 9時～12時

対象店舗
● 各支店(金融共済課・営農経済課)
● ATM(各支店・イオン小郡・大城)
● 経済部各課
(生産資材課・農機燃料課・生活課)

臨時休業日 **3月31日** 終日

休業店舗・施設
● 園芸流通センター ● 経済センター
● 大刀洗集出荷場 (小郡本店・弓削店・大城店・大堰店)
● 直売所めぐみの里 ● 給油所
(弓削・北野・大城・大堰)、油配送

経済センター小郡本店の営業日のお知らせ

■1日営業(8:45～17:00)
■午前中営業(8:45～12:00)

2026年3月 March						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 午後休業
8 休業	9	10	11	12	13	14 午後休業
15 休業	16	17	18	19	20 休業	21 午後休業
22 休業	23	24	25	26	27	28 午後休業
29 休業	30	31 棚卸休業				

2026年4月 April						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 午後休業
5 休業	6	7	8	9	10	11 午後休業
12 休業	13	14	15	16	17	18 午後休業
19 休業	20	21	22	23	24	25 午後休業
26 休業	27	28	29 休業	30		

編集後記

Editor's postscript

冷たい風の中にも、日差しのおかげで春の気配を感じる季節になりました。3月は卒業や異動など、別れと新しいスタートが重なる年度末。多くの方に支えられた日々感謝しつつ、気持ちを新たに次の一歩へ進んでいきたいですね。3JA合併という大きな節目を間近に控え、期待と不安がありますが、前向きに取り組んでいきたいと思えます。(浦塚)

理事会だより

第11回理事会 令和8年1月23日

【協議事項】

第1号議案 合併に伴う信用事業方法書の廃止について

【報告事項】

- (1)12月末仮決算の結果について
- (2)常勤理事会報告について
- (3)苦情等対応状況報告について
- (4)反社会的勢力対応に関する定期報告について
- (5)余裕金運用状況について
- (6)新JA4月からの信用手数料の掲示について
- (7)大豆調製施設工事の中間状況報告について
- (8)肥料・農薬価格の市場調査について
- (9)農機展示会および経済センター冬の特得フェアの開催について
- (10)弓削配送センター灯油流出について
- (11)臨時総代会について
- (12)久留米北地区3JA合併関連について
その他

JAの動き (1月末現在)

組合員数8,154人
(正組合員 3,871人、准組合員 4,283人)
貯金 791億4,968万円
貸出金 110億15万円
共済契約保有高 2,049億3,064万円
販売品販売高 67億1,830万円
購買品供給高 24億829万円

※販売品販売高、購買品供給高は令和7年4月1日からの累計



ホームページ



YASITE



facebook



LINE

