JAきたかわち

農とくらしを応援し、地域とふれあう広報誌

6

2026 June
vol.289



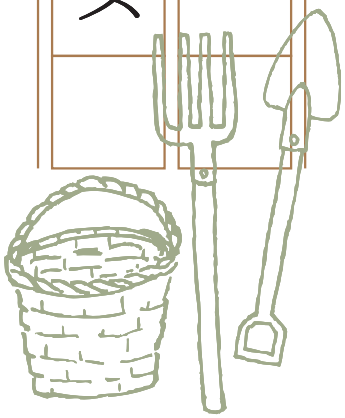
特集1
地球温暖化をSTOP！
環境にやさしく高温登熱障害に負けない
米作り

特集2
令和8年度
新入職員紹介

~しあわせをつなぐ~
JAきたかわち

きたかわちファーマーズ





冨田（とみた）　芳一（よしかず）さん（交野市）

大学生の頃には父親の指導の下、主となり米作りの手伝いをしていたと話す冨田さん。両親から引き継いだ農地で、水稲と季節野菜を栽培。約4アールの畑では、ホウレンソウ・ブロッコリー・トマト・ナスなどを自家用として育てています。

力を入れていること

農薬を低減した米・野菜作りを心掛けています。野菜栽培では、土に米ぬかや生ごみを混ぜて肥料にしています。

栽培ノウハウについて

基本は父親から学びましたが、ＪＡの水稲栽培講習会で穂肥のタイミングを教えてもらい、収穫量が増えたことがとてもうれしかったです。苗の色を確認しながら、油かすや化成肥料を穂肥としています。

地域とのつながり

収穫した米や野菜は親戚や近所の方へお裾分けしています。農業を通じて、地域の方々との交流を楽しむことができ、会話することで元気や勇気が出てきます。健康維持にもつながっていると思います。

苦労していること

気温の上昇です。近年では猛暑の続く日が多く、枯れて育たず2回ほど苗を植え直した作物も

JAきたかわち 6

2 きたかわちファーマーズ

4 特集1 地球温暖化をSTOP！
環境にやさしく高温登熟障害に負けない
米作り

6 特集2 令和8年度 新入職員紹介

8 寄ってって！買うてって！

9 きたかわちトピックス

10 支店通信

11 女性会だより

12 夢中♪熱中！
キラリ☆げんキッズ
わが家のペット

14 今月の営農情報

16 あなたもチャレンジ！家庭菜園

17 ベランダでも育てられる みんなのコンテナ菜園

18 投稿コーナー

20 おいしく食べて美しく

21 家族で楽しむおいしい一皿

22 クロスワードパズル







▲夏野菜定植に向けて準備を行う冨田さん（写真上）
昨年植えたネギ（写真下）

ありました。また害虫では、晩に出てくるヨトウムシやナメクジです。夜に畑へ行き、手作業で駆除するほか、隠れる場所を作って一気に捕まえています。

今後について

私が育てた米や野菜で皆さんが喜んでくれることや、健康維持のためにも積極的な交流を行いながら、農業を楽しんでいきたいです。

My Favorite
冨田さんのお気に入り
ホウレンソウ
ホウレンソウのバター炒めです。調味料はお好みで。炒めて食べるのが好きです。

JA北河内のSNS
ホームページ・LINE以外にも！
広報誌だけではお伝えしきれない、魅力ある情報を随時配信中です。ぜひご覧ください！

YouTube　Facebook　X

牡牛座 4/20〜5/20
【全体運】いつもなら戸惑ってしまうことにも意欲的に取り組めます。ただし余計な発言は控えて。もめ事は避けましょう
【健康運】頭痛予防のストレッチを。歯の健診もお勧め　【幸運の食べ物】シソ

【特集】

地球温暖化をSTOP！

環境にやさしく高温登熟障害に負けない

米作り





温室効果ガスの増加によって、地球温暖化が促進されていると言われています。そのうちの一つとして、二酸化炭素の次に「メタンガス」があります。そのメタンガスが水田から出ていることはご存じですか。

日本人である私たちはコメを主食にしており、水田を無くすことはできません。こうした中、生産現場に求められていることは「メタン発生を抑制する取り組み」です。

また近年の異常な夏季高温により、水稲の高温登熟障害によるコメの品質低下が問題となっています。そこで特集として、メタン抑制・高温登熟障害の対策についてご紹介いたします。

メタンガスを抑えよう

メタンガスとは？
炭素と水素が結合して生じる炭化水素化合物の一種です。

1 メタンガスの発生源の例

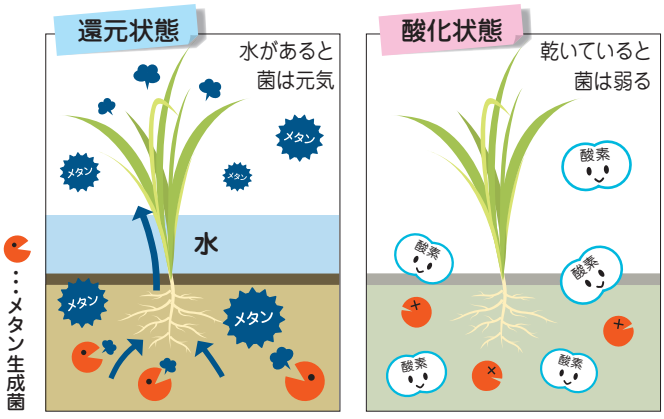


- 水　　田・・・土壌中の微生物が有機物を分解する際に発生。
- エネルギー・・・天然ガス・石油・石炭の採掘時の漏洩（えい）など。
- 埋　立　地・・・生ごみなどの有機性廃棄物が酸素のない状態で分解される際に発生。

2 水田メタンガス発生の仕組み

水稲の分げつ期に、水田が湛水状態のまま、気温の高い日が続いた場合などには、土壌の還元が進み、根の生育に有害なガスが発生する「わき」という現象が見られます。この「わき」には温室効果ガスであるメタンが高濃度で含まれています。

これは、水田に水を湛えることで、土壌が還元状態になり、嫌気性のメタン生成菌の活動が活発になることによって、稲わらなどの有機物を基質として、メタンが生成されることが原因です。



【出典】「水田メタン発生抑制のための新たな水管理技術マニュアル」（独）農業環境技術研究所（現・農研機構）
「水田からのメタン排出削減のため中干期間の延長、秋耕等を支援します」農林水産省

3 メタンガスを抑制するには

慣行の日数に対して中干しを一週間延長するとメタンの発生量が約30%削減されます。

重要 JA北河内管内で栽培されている品種「ヒノヒカリ」においては、間断かん水を推奨しています。

※根はり部分が切れやすく、収量減のリスクが高いと思われるため

4 中干し期間延長のメリット

慣行よりも米の登熟歩合が向上し、タンパク質含量が低下するなど、収穫したコメの品質向上が示されています。



POINT
中干しの目安
最低限、土壌に小ひびが入り、田面を踏んだときに、かかとが少し沈む程度にまで乾燥させることが必要です。

高温登熟障害と対策

高温登熟障害とは

出穂後初中期の20日間の日平均気温が26℃前後を超えると、玄米の一部が白濁した白未熟粒が急速に増加し始めます。被害粒の一つである「胴割粒」は登熟初期の高温で増加します。



栽培ポイント

栽植密度

白未熟粒の発生が少ない栽植密度は、坪当たり50～60株（株間22cm～18cm）程度。

土作り

有機物を適度に入れて、作土深を20cm以上にすると、高温登熟障害が発生しにくくなりますが、投入量が多過ぎると籾数過多で乳白粒が発生する恐れがあります。地力に応じて有機物投入量と施肥量を加減しましょう。

水管理

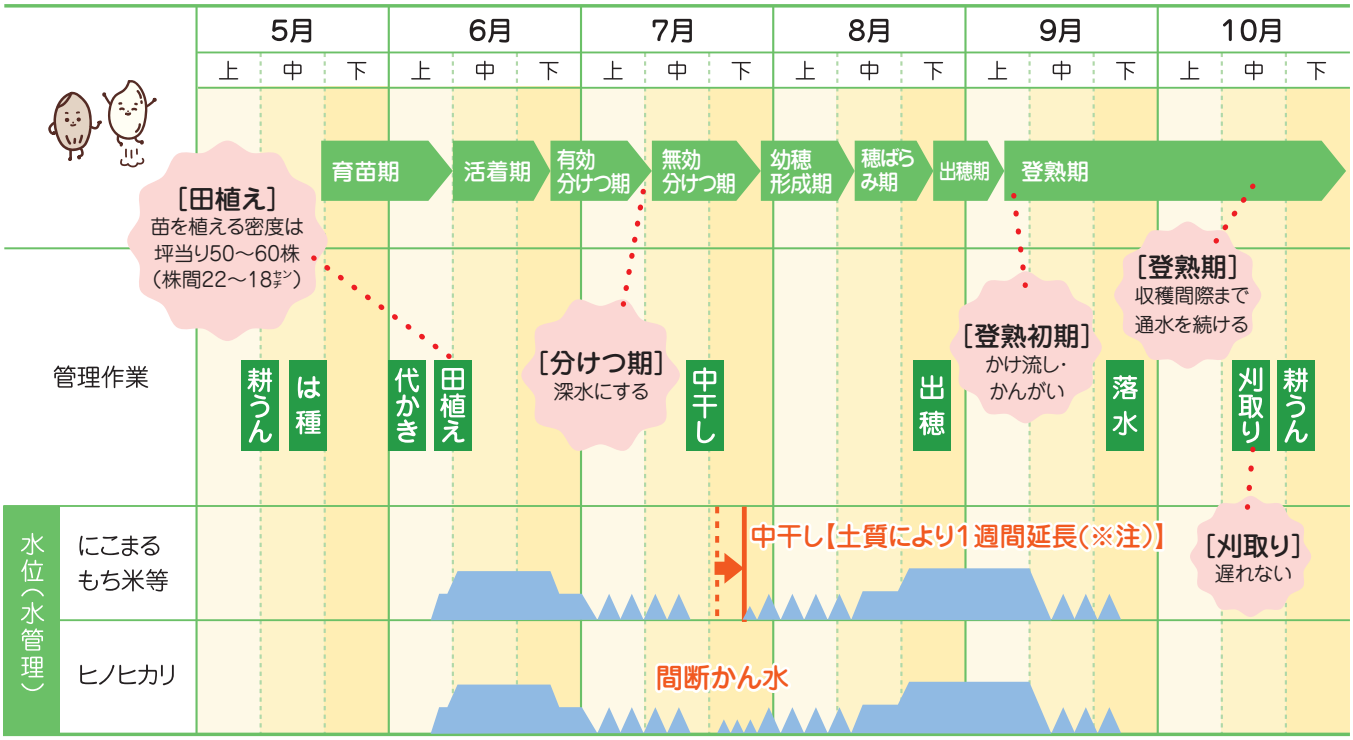
分げつ期に深水すると、無効分げつの発生が抑えられ、籾数過多が回避され、白未熟粒の発生が抑えられます。

施肥法

未熟粒・胴割粒の発生を減らすためには、生育後半に窒素不足にならないように施肥管理を行う必要があります。

水稲栽培暦

※この栽培暦はあくまでも目安です。ほ場の条件に応じて各自調節してください。



（※注）粘土質の土壌では、やや強めの中干しを行うことで根腐れしにくくなり収量や品質にプラス効果が出ますが、砂質の土壌では中干しを強くすると葉色がうすくなり、未熟粒が発生します。



新入職員紹介

令和8年度

ＪＡでは、4月1日に9人が入職しました。
笑顔あふれるフレッシュな仲間を紹介いたします。
皆さま、どうぞよろしくお願いいたします。

聞いてみよう！

新入職員にインタビュー

①自己PRやJA職員としての抱負

②趣味

川越支店



こじま　あい
兒嶋　愛

①自然豊かな北河内に貢献できるよう、積極的に学ぶ姿勢を大切に日々精進してまいります。よろしくお願いいたします。
②映画鑑賞・ゲーム

牧野支店



やまもと　ふうか
山本　楓花

①笑顔を大切にして、一つ一つの仕事を丁寧に取り組み、安心して頼っていただける職員を目指します。
②推し活・旅行

招提支店



こてら　けんた
小寺　健太

①12年間ラグビーを続けて培った体力を生かし、皆さまのお力になれるよう日々頑張ります。
②トレーニング

菅原支店



うえむら　しゅうへい
植村　周平

①地域の皆さまのお役に立てるよう努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。
②ツーリング・映画鑑賞

交野中央支店



まつお　さな
松尾　紗名

①仕事を丁寧に行い、地域の皆さまに安心と信頼を届けられるように頑張ります。
②お菓子作り

豊野支店



むらた　だいすけ
村田　大輔

①当たり前のことを徹底してやり抜くという強みを生かして、お客さまから信頼していただけるような職員になれるように努めます。
②野球観戦・ゲーム

門真中央支店



ふじばやし　てっぺい
藤林　哲平

①初めは分からないことだらけかと思いますが、一つ一つ仕事の内容を身に付けた上で、皆さまから信頼していただけるような職員になりたいです。
②野球観戦・YouTube 鑑賞・ゲーム

門真支店



いまほり　ほなみ
今堀　穂波

①地域の皆さまとの関わりを大切にし、丁寧な対応を心掛けていきたいです。
②料理・ご朱印巡り

庭窪支店



つつみ　いろは
堤　彩花

①温厚で慎重な性格を生かし、一つ一つの仕事を丁寧に取り組み、お客さまに頼っていただける職員を目指します。
②お笑い鑑賞をテレビやラジオで楽しんでいます。

よろしくお願いいたします



食べて応援！北河内農業！

寄ってって！買うてって！

野菜と花の朝市
会場検索はこちら



・・・野菜の直販・朝市　・・・花の朝市

ふれあい門真店

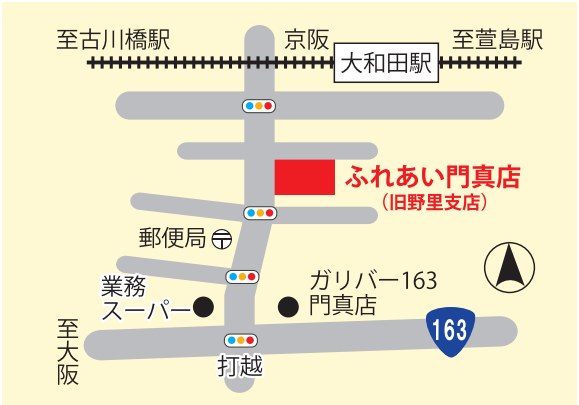
主催：ＪＡ北河内



開催日時

毎週月～土曜日（日曜日定休）	午前10時～午後4時
毎週月～土曜日（日曜日定休）	午前10時～午後4時

住所／門真市野里町17－24
TEL／072-882-0013（ふれあい門真店）
【駐車場】あり（来客用１台）
【駐輪場】あり



豊野支店

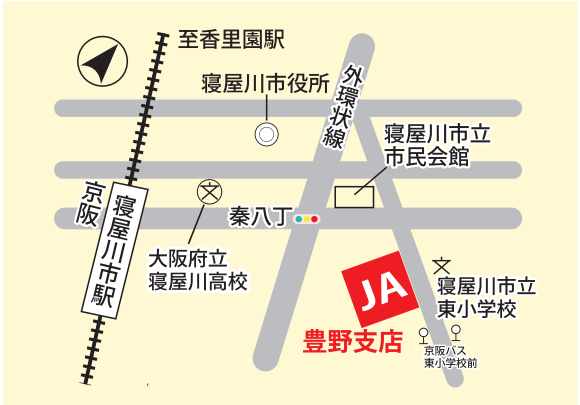
主催：豊野支店朝市運営委員会



開催日時

毎週月・木曜日 （祝日は翌日開催）	午前8時30分～午後3時
毎週月曜日（祝日定休）	午前9時～正午

住所／寝屋川市高宮新町31-6
TEL／072-821-0158（豊野支店）
【駐車場】なし
【駐輪場】あり



【掲載内容について】「ＪＡの認可生産者組織」および「開催場所がＪＡ」の直販・朝市会場を掲載しています（順不同）。
※各会場では売り切れ次第、販売終了となる場合があります。

双子座
5/21～6/21
【全体運】勢いがあります。難しいかなと感じることでもチャレンジしてみる価値あり。装備、設備の安全点検は念入りに
【健康運】食生活の乱れに気を付けて。早寝早起きが◎　【幸運の食べ物】サクランボ

支部を対象とした水稲種子の温湯消毒始まる

環境に配慮した農業の普及


温湯に水稲種子を浸す職員

JAは4月3日～5月15日まで、営農・中部経済・西部経済の各センターと豊野支店の4カ所で、水稲種子の温湯消毒作業を行いました。

温湯消毒は水稲種子の細菌やカビを殺菌し、苗の病気を防ぐほか、種子消毒の農薬を使わないため、米の減農薬栽培ができ、JAが取り組む環境に配慮した農業普及の一つです。

支部から申し出があった水稲種子を担当職員が60度のお湯に10分間浸し、その後すぐに組合員が種子を冷水に沈めて、しばらく揺すりながら冷やしました。殺菌した種子は組合員が持ち帰り、風通しの良い場所で保管しました。

アグリスクール修了式行う

農業の担い手として出発

JAは3月25日、農業の担い手を育成する「アグリスクール」の修了式を招提支店会議室で行いました。令和7年度の塾生11人が新たな門出を迎えました。

アグリスクールは、全22回の講義と実習を行い、野菜栽培の知識と技術を指導し、販売農家の育成を目指しています。

修了式では、分林営農担当常務が一人一人に修了証書を手渡し「1年間学んだ知識を生かし、地元野菜を販売できる生産者として、ご努力いただきたい。これからの活躍を期待している」とあいさつをしました。

塾生の一人は「今まで自己流で栽培していたが、専門家の指導のおかげで、収量も増えてうれしい。同じ目的を持つ仲間もでき、1年間充実して楽しかった」と笑顔を見せていました。


一人一人に修了証書を授与

レンゲの摘み取りを体験

小学1年生が自然に親しむ


レンゲを摘む児童ら

蹉跎支店管内では4月17日、枚方市立蹉跎西小学校の1年生54人が授業の一環として、組合員のほ場約10アールでレンゲの摘み取り体験を行いました。

この体験は、化学肥料の使用を減らすレンゲ農法を行っている組合員が、ほ場を提供し実現しました。

児童たちは、袋いっぱいにレンゲを摘み取り、指輪を作ったり、草相撲をしたりするなど、自然に親しみながら楽しい時間を過ごしました。

JAでは、レンゲによる美しい景観を守るとともに、収穫後の水田にレンゲの種をまき、春に花を咲かせたレンゲを土にすき込み、肥料とするレンゲ栽培を推奨しています。

今後も、環境に配慮した農業の取り組みやアグロエコロジーの普及に取り組みます。

蟹座
6/22～7/22
【全体運】コミュニケーション運が活発に。話してみればとんとん拍子で進むこともありそう。情報収集にも力を入れて
【健康運】姿勢をよくするストレッチで体のゆがみをケア 【幸運の食べ物】トマト

夏野菜苗を一斉販売

営農センター特設会場で2日間

JAは4月22・23日の2日間、営農センター屋外特設会場で夏野菜苗の一斉販売を行い、次々と来場者が訪れました。

会場には、トマト・ナス・キュウリなど実生苗・接木苗27種類が並び、来場者は一つ一つ苗の葉の色や茎の長さなどを吟味しながら選び、購入していました。

購入した客は「以前から野菜苗を買いに来ている」「これから畑に植えて育てたい」と笑顔を見せていました。

JAでは11年前から農閑期の水稲育苗施設を有効活用し、営農指導課職員が夏野菜の実生苗作りを開始。翌年から組合員への予約注文とふれあいセンターなどの店舗で販売をしています。


来場者でにぎわう会場

支店通信

川越支店
「村野支部組合員親睦旅行」

宿場町の関宿と、伊勢神宮の外宮・内宮を散策し、鳥羽に宿泊。鳥羽市立海の博物館を見学し、多気町「VISON」に立ち寄り、帰途に就きました。


3月1日～2日／伊勢志摩／13人

招提支店
「招提支部組合員親睦旅行」


3月15～16日／岐阜県／13人

岐阜かかみがはら航空宇宙博物館や郡上八幡博覧館を見学し、飛騨高山温泉で宿泊。翌日は飛騨高山宮川朝市や高山祭屋台会館を訪ね、懇親を深め合いました。

香里支店
「自転車新ルール講習会」


4月22日／香里支店／40人

寝屋川警察署職員が自転車の交通ルールについてテレビモニターを使いながら説明。参加者は「知らないルールもあり、参加して良かった」と話しました。

女性会だより

守口地区
陶芸講習会



八番窯・村上一陶氏の指導の下で2枚のお皿に模様を描き、作成しました。「1カ月後の焼き上がりがとても楽しみ」と晴れやかに会話が弾みました。

枚方地区
健康ウオーキング



天気予報では雨でしたが、集合時間には雨も止み、桃や梅の花を眺めながらひと足早く春を満喫し、ウオーキングを楽しみました。

寝屋川地区
会員親睦旅行



岸和田市の「いちご畑はる」でイチゴ狩りを体験した後、阪南市の「青木松風庵月化粧ファクトリー」で、工場を見学。焼きたてのまんじゅう試食や買い物を楽しみました。

寝屋川地区
役員研修会



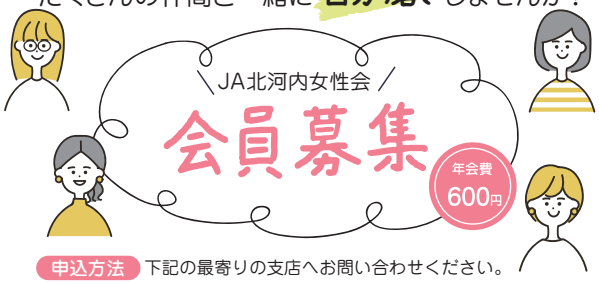
難波の「蓬莱本館」で豚まん手作り体験に参加。柔らかい生地に肉だねを包む工程が難しかったですが、中華ランチを楽しみ、蒸し上がった豚まんと焼売を持ち帰りました。

守口地区
グルーデコ講習会



役員の指導の下、各自思い思いのストーンをグルーでリング土台に付けて、アクセサリーを2個仕上げました。チェーンに通して、かわいいペンダントが完成しました。

JAをよりどころに、
たくさんの仲間と一緒に自分磨きしませんか？



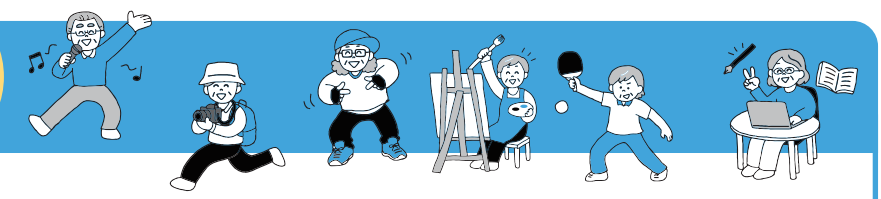
申込方法　下記の最寄りの支店へお問い合わせください。

［枚方地区］……枚方中央支店（072-841-7777）
［交野地区］……交野中央支店（072-892-3001）
［寝屋川地区］……香里支店（072-834-1011）
［門真地区］……門真中央支店（06-6909-4600）
［守口地区］……庭窪支店（06-6901-2500）

お申込みは、JA北河内管内（枚方市・交野市・寝屋川市・門真市・守口市）にお住まいの方に限ります。

乙女座
8/23～9/22
【全体運】あれもこれもと少し欲張りに。目標を定めて思い切って前進を。力を注げば少し先に大きな実りが待っています
【健康運】運動を楽しめます。今まで難しかったことにも挑戦を　【幸運の食べ物】ピーマン

夢中♪熱中!



陶芸

守口市　**村上（むらかみ）昭雄（あきお）（一陶（いっとう））**さん

同級生が指導していた陶芸教室を見学したことが始まりです。魅力は、粘土塊（かい）から変貌自在に形や色が生まれて、作品が出来上がることです。粘土は火にも強く扱いやすい、信楽の粘土を使用しています。材料の仕入れやデザインの考案も楽しいひとときです。現在はJAの女性会守口地区や地域の福祉委員会、図書館などで地域振興を図っています。陶芸はもちろん、花や植木にも興味があり、地域の方とボランティア活動を続けていきたいです。



▶今まで制作した作品の数々と村上さん



▲守口市美術展覧会で奨励賞を受賞した茶碗



▲お気に入りの作品

わが家のペット



寝屋川市
橋本 真理さんのペット　**おー**ちゃん（9才）

いろいろな歌を覚えてメロディーをさえずることが得意です。性格は、気が強いが臆病。頭をかいてほしいと要求してくるところが、特にかわいく思います。家族が帰宅すると、窓越しから確認して鳴いています。かけがえのない存在です。

キラリげんキッズ



枚方市　**上田（うえだ）悠斗（はると）**くん（3歳）

保育園ではお気に入りのシャベルを持って探検することにはまっています。家ではミニカーやプラレールのおもちゃで遊ぶほか、足蹴りバイクに乗って楽しく遊んでいます。好きな食べ物はアイスです。

JA北河内

今だけの特別金利!!

JAバンク大阪

サマーキャンペーン

福が泳いでどんどん集まる!貯まる夏!

現金でのお取引または他行からのお振込限定!

キャンペーン期間

令和8年6月1日(月)▶7月31日(金)

ちょきんぎょ®

期間中、スーパー定期貯金(元利金継続型)を新たなご資金でお預入れいただいた個人の方に、下記の特典をお付けします。

預入期間1年

20万円コース(20万円以上100万円未満)

店頭表示金利

＋ ちょきんぎょフェイスタオル

100万円コース(100万円以上1,000万円未満)

組合員(ご家族含む)または組合員にご加入いただいた方

年0.60%(税引後 年0.478%)

＋ いずれかお1つ

ちょきんぎょバスタオル

ちょきんぎょサーモボトル

※ちょきんぎょサーモボトルは、どちらか一色をお選びください。

預入期間3年

100万円コース(100万円以上1,000万円未満)

組合員(ご家族含む)または組合員にご加入いただいた方

年1.20%(税引後 年0.956%)

＋ いずれかお1つ

ちょきんぎょバスタオル

ちょきんぎょサーモボトル

ちょきんぎょ保冷バッグ

※賞品画像はイメージです。

数量限定 ちょきんぎょグッズプレゼント!

※プレゼントは期間中、お一人様5個を上限(各1個)とさせていただきます。

●組合員加入には出資金が必要となります。原則として、枚方市、交野市、寝屋川市、門真市、守口市に在住または在勤の個人で、一定のお取引をいただいている方に限ります。法令・定款等によりご加入いただけない場合がありますのでご了承下さい。●100万円未満のお預入れにつきましては、店頭表示金利となります。●通帳式のみのお取扱いとなります。●特典賞品は各店舗ごとに準備している個数が異なり、総数にも限りがありますのでなくなり次第プレゼントは終了させていただきます。●税金20.315%(国税15.315%、地方税5%)の分離課税となります。《令和19年12月31日までの適用になります。》●本キャンペーン商品は原則、中途解約できません。満期日前に解約された場合は、所定の中途解約利率により計算した利息とともに払い戻しいたします。●上記金利の適用は初回満期日までとなります。満期日以後はスーパー定期貯金の店頭表示金利が適用されます。●本キャンペーン商品は貯金保険制度の保護対象商品です。●スーパー定期貯金の商品概要説明書は店頭にご用意しております。または当JAホームページでご確認いただけます。●詳しくは、JAの支店までお問合わせください。

今月の営農情報

01 水稲

【田植え】

▶早植えは品質低下の原因となる恐れがあるため、可能な限り**田植え時期を基準日に近づけましょう**。

▶田植え時には、下表を参考に**「箱施用剤」**を散布し、病害虫の初期防除に努めましょう。

ヒノヒカリ	にこまる
6/10 ごろ	6/12 ごろ

田植えの基準日

箱施用剤一覧表【育苗箱(30×60×3cm 土壌約5ℓ) 1箱あたりの使用量】

商品名	適用病害虫名	使用量	使用時期
ブーンアレス箱粒剤	イネミズゾウムシ・イネドロオイムシ・ニカメイチュウ・フタオビコヤガ・イネツトムシ・イナゴ類・ウンカ類・いもち病・内えい褐変病・もみ枯細菌病	50g	は種時(覆土前)～移植当日
フルスロットル箱粒剤	イネミズゾウムシ・イネドロオイムシ・コブノメイガ・ニカメイチュウ・フタオビコヤガ・ツマグロヨコバイ・イネツトムシ・いもち病・もみ枯細菌病・紋枯病・ウンカ類	50g	は種時(覆土前)～移植当日
防人(さきもり)箱粒剤	イネミズゾウムシ・イネドロオイムシ・フタオビコヤガ・ツマグロヨコバイ・コブノメイガ・ニカメイチュウ・イネツトムシ・ウンカ類・いもち病・内えい褐変病・もみ枯細菌病	50g	は種時(覆土前)～移植当日

【除草剤の散布】

▶除草剤(ジャンボ剤・フロアブル剤・粒剤)の散布時は、適正水位(3～5cm)を保ちましょう。

▶**除草剤散布後1週間**は、落水および掛け流しをしないでください。

天気予報などを活用して除草剤散布後、少なくとも3日間は降雨等でほ場から水が出ないようにしましょう(除草効果が落ちる原因となります)。

▶**藻の発生が多い場合**は、モゲトン粒剤2～3kg/10aを散布し、藻を無くしてから除草剤を散布しましょう(晴天時に散布すると効果大)。

▶**除草剤散布後の2週目ぐらいと4週目ぐらい**に水田ほ場を確認し、雑草の発生が認められたら中期除草剤(ウィードコア1キロ粒剤・セカンドショットジャンボ)や後期除草剤(バサグラン粒剤:水無し状態使用)を散布しましょう。

【スクミリンゴガイ(ジャンボタニシ)の駆除】

▶移植直後、水稲苗の葉の柔らかい時期に加害することが多いので、移植後から2週間ぐらいの時期に、スクミリンゴガイの発生が見られる時は「スクミノン」または「スクミンベイト3(※)」を2～4kg/10a全面散布しましょう。



ジャンボタニシの卵

※「スクミンベイト3」は有機JASに適合しているので、エコレンゲ米栽培においても使用可。「スクミノン」は使用不可。

02 野菜

【病害虫の防除】



アワノメイガの成虫

作物名	適用病害虫名	商品名	使用量	使用回数	使用時期／使用方法
トウモロコシ	アワノメイガ	パダン粒剤	6kg/10a	2回以内	収穫7日前まで／株の上から均一に散粒
トマト	灰色かび病	ダコニール 1000	希釈倍率1000倍	4回以内	収穫前日まで

JA北河内での販売価格は、下表をご参照ください。

ブーンアレス箱粒剤	1kg	4,980円	バサグラン粒剤	3kg	3,850円
フルスロットル箱粒剤	1kg	6,150円	スクミノン	2kg	3,140円
防人(さきもり)箱粒剤	1kg	5,360円	スクミンベイト3	2kg	3,260円
モゲトン粒剤	3kg	2,950円	パダン粒剤	3kg	1,890円
ウィードコア1キロ粒剤	1kg	4,310円	ダコニール1000	250g	1,510円
セカンドショットジャンボ	500g	4,100円			

※表示価格は税込店頭価格です。なお、価格は変更となる場合があります。(令和8年5月1日時点)

ご注文は、最寄りのJA北河内各支店へ。

支店検索はこちらから

天秤座 9/23～10/23 【全体運】視野が広がり新たな発見が。好奇心を発揮しましょう。旅行の計画も吉。技能向上のための勉強にもツキあり 【健康運】足腰のけがや病気に注意。腰から下をよくケアして 【幸運の食べ物】ピワ

第24回

通常総代会

日時

6月27日(土)午後1時30分から

場所

JA北河内本店3階大ホール



昨年の通常総代会の様子

アグリスクールレポート

「アグリスクール」は、JAが開講している農業後継者を育成・支援するための農業塾です。このコーナーでは、毎月の実習内容をご報告いたします。

3月25日(水)

講義：修了式

修了証書の授与と記念撮影を行いました。その後、春まきニンジンの栽培のポイントについてと質疑応答を行いました。

実習：ほ場実習

もみ殻堆肥の袋詰めを行い、タマネギとホウレンソウの収獲、ほ場の片付けを行いました。



あなたの ギモン をタッチパネルで ポーン と検索！

タッチパネル式 農業電子図書館 ご利用のススメ

ポイント①
カラー写真で分かりやすい♪
水稲や野菜の病害虫のことならおまかせ!

ポイント②
タッチひとつで簡単検索♪
病害虫の防除方法や登録農薬がわかる!

ポイント③
利用は無料♪



※画面イメージ



農業電子図書館は下記施設でご利用できます。

豊野支店	(072)821-0940	寝屋川市高宮新町31-6
営農センター	(072)836-7777	枚方市招提北町1-2260
中部経済センター	(072)894-2612	交野市私部8-3-13
西部経済センター	(06)6909-4603	門真市柳田町1-15

6月は「就職差別撤廃月間」です

大阪府

就職差別 させない しない

就職の面接で、本人や家族の出身地・職業・思想・信条などを質問することは、本人に責任のない事項や本来自由であるべき事項で応募者を判断することになり、就職差別につながるおそれがあります。

大阪府では、6月を「就職差別撤廃月間」と定め、啓発事業に取り組んでいます。

就職の機会均等を保障することの大切さについて皆さんのご理解をお願いいたします。

大阪府および大阪労働局(ハローワーク)において、公正採用選考に関する相談を実施します。

相談窓口はこちら ➡

問い合わせ先

大阪府商工労働部雇用推進室 TEL:06-6210-9518

蠍座 10/24〜11/22

【全体運】相手のいる物事はスムーズにはいかないかも。大事な作業は自分だけでもできるように準備しておきましょう。【健康運】クリームで肌を保湿して。湿疹は早めにケアを 【幸運の食べ物】キュウリ

エンダイブ　ほろ苦い風味を楽しむ

園芸研究家　成松次郎　イラスト　小林裕美子

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

レタスの仲間で、一般には葉が縮れ葉先には深い切れ込みのある結球しないタイプです。

苦さがある野菜のため、軟白といって、収穫前に外葉をまとめてひもなどで縛り、葉の内部を日光に当てないようにして白く仕上げると、葉の苦さが和らぎ、ほろ苦さを残しながらも食べやすくなります。

[栽培時期] 15～20度が生育適温です。レタスより比較的暑さ・寒さに強いですが、酷暑期と厳寒期の生育は困難です。そのため、中間地・暖地の種まき適期は3月と8、9月です。最も適しているのは、8月中下旬ごろポリポットに種まきし、9月中下旬に植え付け、11、12月に収穫する作型です。

[品種] 葉が細長く、切れ込みのある縮葉タイプと、切れ込みがなく幅広の広葉タイプがあります。国内で多く栽培・流通しているのは縮葉タイプで、商品名としては「エンダイブ」・「グリーンカールド」などがあります。広葉タイプでは「スカローラ」があります。

[畑の準備] 植え付け2週間前までに、1平方m当たり苦土石灰約100gをまき、土とよく混ぜておきます。

次に、植え付け1週間前に、1平方m当たり化成肥料（NPK各成分10%）約200gと堆肥約2kgを施してよく耕し、幅70～80cm、高さ5～10cmの栽培床を作ります。

[種まき・間引き] 7・5～9cmのポリポットに4、5粒の種をまきます。発芽後に混み合っている所を間引き、本葉2枚頃に1本になるように間引いて、本葉4、5枚の苗に仕上げます。苗を多く作るときは、128穴セルトレーか25連結ポットを使いましょう（図1）。

[植え付け・追肥] 栽培床を平らにし、黒マルチを張ります。条間45cm、株間30cmに植え付けます（図2）。追肥は植え付け後1カ月を目安にシートをめくって、1平方m当たり化成肥料約50gを施します。

[病害虫防除] 高温期にアブラムシなどが発生しますが、比較的病害虫は少ない野菜です。

[収穫] 葉の広がりが隣の株と触れ合うようになったら、外側の葉を持ち上げてまとめ、上の方をひもで縛ります（図3）。1、2週間縛ることによって、日の当たらない内部の葉が白っぽくなってきます（軟白）。このようにしてから収穫すると、葉の苦さが和らぎ食べやすくなります（図4）。

図1　種まき



図2　植え付け

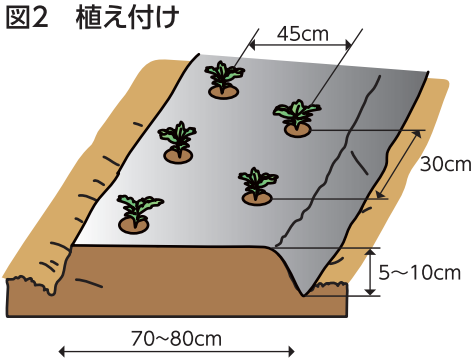


図3　軟白

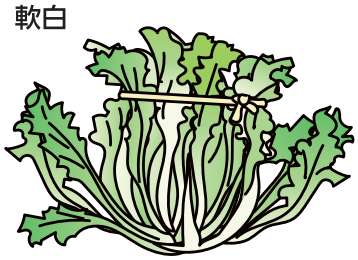
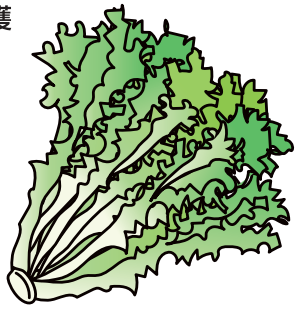
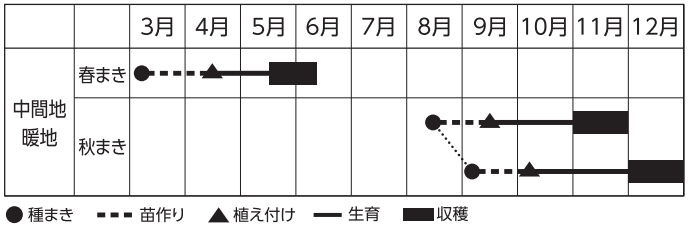


図4　収穫



栽培カレンダー（エンダイブ）



営農相談、承ります。

野菜栽培や畑の土作り、田んぼに関することなど、皆さまからの営農についてのご質問に、専門相談員が回答いたします。
電話または直接来店でご相談に応じています。ぜひご利用ください。



◆豊野支店	寝屋川市高宮新町31−6	☎072−821−0940	毎週月曜日／9時から17時まで
◆営農センター	枚方市招提北町1−2260	☎072−836−7777	毎週火曜日／9時から17時まで
◆中部経済センター	交野市私部8−3−13	☎072−894−2612	毎月第2・第4水曜日／9時から17時まで
◆西部経済センター	門真市柳田町1−15	☎06−6909−4603	毎月第1・第3水曜日／9時から17時まで

6月から西部経済センターの曜日が変わりました

ベランダでも育てられる
みんなのコンテナ菜園

写真・文：園芸研究家　淡野一郎

カブ

浅型プランターでも栽培できる
長い歴史で豊富に品種が発達

カブは弥生時代に中国から渡来した「和種系」と、後にシベリア経由で入ってきた西欧由来の「洋種系」の品種があります。地域ごとにさまざまな在来種が発達し、愛知～福井県を結ぶ線を隔て、西は千枚漬けで有名な「聖護院」、中カブの代表品種「天王寺」などの和種が、東は赤かぶ漬けにされる岐阜の「飛騨紅」、山形の伝統野菜「温海(あつみ)」など洋種が主に分布しています。現在は、これらをかけ合わせた栽培しやすいF1品種もあります。

発芽と根の肥大適温は涼しく、種まきは春と秋が適します。まき時期は品種ごとに異なるので注意します。根菜類ですが太るのは主に根よりも子葉と根の間の胚軸なので底の浅いプランターで栽培できます。ただ、浅型プランターは土の量が限られるので、初期は乾きによる「裂根」や肥料切れによる「ス入り」に注意し、適期に収穫します。

写真 ©ICHIRO AWANO



「玉波」
小カブサイズから13cm程度までの大きさで収穫できる中カブ品種。裂根やス入りが遅く、白さび病に強い

【基本情報】

- **分類**：アブラナ科アブラナ属
- **原産地**：地中海沿岸、あるいはこれにアフガニスタンなど中央アジアを加えた地域など諸説
- **発芽適温（地温）**：15～20度
- **生育適温（気温）**：15～20度
- **日当たり**：日なた／半日陰
- **好適pH**：5.2～6.8

【病害虫情報】

アブラムシ類：春や秋に栽培期間が1か月を超える場合に注意が必要。種まき直後から早めに不織布をベタがけし侵入を防ぐ。

コナガ・モンシロチョウ・ヨトウムシ類：主に春と秋に幼虫が葉を食害。不織布をかけ、予防的にBT剤を散布しておくとよい。

カブの栽培方法

1 種まき





IB化成約41gと過リン酸石灰約14gを混ぜた土(12L)を長さ60cmの浅型プランター(14L)へ入れる。土をならしたら、ペットボトルのふたなどを使い、深さ1cmのまき穴を株間10cm、条間15cmになるよう開ける。まき穴に種を2～3粒まき(写真1)、土をかけ、手のひらで土を押さえ、ジョウロなどで優しく水やりする。適温を保ち、出芽までは乾かさないようにして、一斉に出芽させる。種まき直後に防虫と保温・保湿のため不織布をかけておく(写真2)。12～2月下旬までは、生育促進とトウ立ちを防ぐため不織布に保温用の園芸用フィルムを重ねトンネルにする。

ポイント　肥料の量は、小カブは3割減にする。冬は春秋の3割増、夏は株間を13cm以上と広く取り5割減にする。

2 間引き・土寄せ





種まき後2～3日で芽が出てくる。本葉3～4枚までに元気が良過ぎたり悪過ぎたり、胚軸が太いもの、立枯病で褐変している株などを、ハサミを使って1カ所1株にする(写真3)。間引き後は、株がぐらついて傷まないよう土を株元へ寄せておく(写真4)。

ポイント　土が乾き過ぎると皮が硬くなり玉が裂ける原因になるので本葉5～6枚までは土が乾き過ぎないように、一方で、梅雨や秋雨時期は雨に直接当てないようにする。

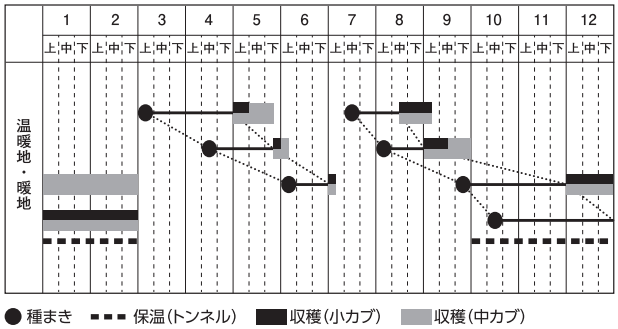
3 収穫



玉の直径が約5cmから順次収穫する(写真5)。収穫遅れは玉がスポンジ状になるス入りや裂根、葉が黄色くなる原因になる。小カブの場合、収穫サイズになってからの収穫適期は、春・秋どりが3日前後、冬どりは7日まで、夏どりは2～3日が目安。一方で中カブは小カブサイズから長く収穫できる。

ポイント　収穫は、霜の降りる11～3月は夕方に、それ以外の時期はカブの水分が多い朝に行う。収穫したら、早めに水洗いして土を落とす。

栽培カレンダー



※温暖地を基準に記事を作成しています。

投稿コーナー

テーマ投稿のお題「父への思い」

（4月20日締め切り分掲載・敬称略）

父は3年前に亡くなり、コロナ禍で面会もできず、みとりさえできなかったことが本当に悲しいです。生きている時に、もっと会いに行っておけば良かったと後悔しています。
〈枚方市〉澤田智恵子

学生時代に、父が「これからは女の人も車の免許は取っておいた方が良い」と言いました。おかげでほぼ毎日、車で買い物に行きます。父の一言に感謝！
〈枚方市〉今井恵美子

父はもう亡くなっていますが、畑で野菜を作るのが好きで、多種の野菜を作っていました。よく送り迎えもしてくれて感謝です。〈枚方市〉みゆさん

大阪から九州に転勤になったとき、父が突然一人で訪ねてきて、初めて二人でテーマパークに遊びに行きました。今は良い思い出です。
〈枚方市〉イチジク

父が亡くなり21年になりますが、仏壇のお花は欠かさないです。
〈寝屋川市〉かずちゃん

父と言えば、口癖のように言っていた「終わり良ければ全て良し」が思い出されます。最後まで気を抜かずに完結させる事の重要性を教えてくれました。
〈交野市〉たけちゃん

私たちのために、いろいろと手を差し伸べてくれました。
〈枚方市〉枚方のはは

自分が今していることが亡き父に重なって、似るものだなぁと思います。
〈交野市〉ダンス

恥ずかしくて言えませんが「お父さんいつも一生懸命働いてくれてありがとう」。
〈門真市〉匿名希望

息子が年を取っていくにつれ、私の父に似てきます。ちょっとした仕草に父を思い出します。〈枚方市〉E・T

亡き父は造園業の傍ら、お米や野菜も作っていました。私の嫁ぎ先の庭に、日本庭園を造ってくれたことを思い出します。感謝の気持ちでいっぱいです。
〈枚方市〉渚姫

押し付けがましく偉そうでしたが、いろいろしてもらったと感謝しています。
〈寝屋川市〉玉中　美里

「人との出会いは大切にしろ」と子供の頃からよく言われました。なので私の座右の銘は、父から教わった「一期一会」です。
〈交野市〉中角　優

一般投稿

お花のきれいな季節で、毎日癒やされます。あっちこっちウォークで、心も身体も喜んでいます。お手入れされている方にお礼申し上げます。
〈枚方市〉林　廣子

2歳の孫に遊んでもらうことが楽しみ。精神年齢がだんだん近づいていく感じです。（笑）もうすぐ追い越されるまでせいぜい楽しませてね（笑）
〈枚方市〉松下　功

セリを初めて食べました。見た目はミツバ。でも香りがとても良かったです。マンネリ化の食卓に小さなアクセントになりました。
〈交野市〉水ようかん

ようやくタマネギが膨らんできました。収穫が楽しみです。
〈寝屋川市〉向井　幸子

季節が春らしくなり、家庭菜園を再開しようと思っています。
〈枚方市〉ラブ

以前に友人から誕生日にいただいたシンビジウムの花が今年も6本咲きうれしいです。〈枚方市〉匿名希望

【パソコン・スマホから応募】

右の二次元コードから応募できます。

JA北河内ホームページからも応募できます。
【JA北河内ホームページ】▶【くらしサポート】▶【広報誌応募フォーム】
https://form.run/@q-sogoki-oubo

【ハガキでの応募】

ハガキに右記内容をお書きの上、本店総合企画課宛に郵送してください。

※FAXでのご応募も可能です。
FAX番号：**072-844-8844**

①クロスワードの答え
②今月号の感想や好きなコーナーなど
③「投稿コーナー」への投稿
※匿名・ペンネーム可
④広報誌やJAへのご意見・ご要望など
⑤郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号

〒573-0027
大阪府枚方市大垣内町2丁目1の11
JA北河内本店
総合企画課 行

射手座 11/23〜12/21
【全体運】吉凶混合運。困り事を持ち込まれることもあるもののうれしいお誘いも。プラスに目を向けて。交渉は時間をかけて　【健康運】疲れたら無理せず休憩。薬は副作用も確認を　【幸運の食べ物】シシトウ

短歌

春の花れんげたんぽぽネモフィラも
ソメイヨシノにゃ勝てませぬ
〈門真市〉たかしです

サクラサク中学生になった君
夢と希望の道歩む
〈門真市〉ゆうパパ

追憶に浸り季節を巡らせば
兄ちゃと菖蒲湯幼年期の夏
〈守口市〉桑原　進

同窓の有りしアルバム今昔
心ふれ会う豊かな景色
〈寝屋川市〉笠谷　作範

不在でも私の中で生きてゆく
夢の中では元気な父よ
〈守口市〉中西　厚子

公園にブランコ風に揺れている
誰を待つのか早く来い来い
〈守口市〉清田　敏子

朝焼けや空を仰いで深呼吸
耳を澄せば雀もいるよ
〈寝屋川市〉田伏　定男

大阪の桜散るころ会津へと
八重のさくらに会いに行きたり
〈門真市〉奥　智恵子

俳句

正装で桜花くぐりし親子かな
〈枚方市〉内山　喬之

川沿いの桜並木を遊歩する
〈枚方市〉吉田　幸正

梅香るそよ風共に春告げる
〈門真市〉曽根美千子

雨上がり緑輝く草木かな
〈枚方市〉岡崎　邦男

下宿へとメダカ残して孫立ちぬ
〈寝屋川市〉打上の青空

レンゲ畑稚児等の歓喜花束に
〈交野市〉谷　久子

花の昼食の中にも笑顔かな
〈寝屋川市〉小島　昌勝

寺の庭色美しき紫陽花かな
〈枚方市〉南　邦男

新緑や目を奪はれし天仰ぐ
〈枚方市〉小嶋　豊司

ごめんよねトマトの脇芽に手を合わせ
〈枚方市〉平尾　久子

川柳

父の日に思い出すのは墓参り
〈枚方市〉野田　幸男

春散歩気持ちウキウキはずむ足
〈枚方市〉杉本　敏夫

いつまでも若いと思うな今日この頃
〈門真市〉川本　光廣

吹田の地再び会えたミャクミャクと
〈守口市〉はせやん

令和の日物価高にて日々つらい
〈枚方市〉中野　房子

野鳥らのすがた見えないどこ行った
〈交野市〉西端　慶子

タイガースきゅうじのメガネいやされる
〈守口市〉守口ノトラ吉

孫の組「子」のつく名前見当らず
〈寝屋川市〉マッサン

ひんやりとすみきった空静かな日
〈枚方市〉野坂　孝子

カゴンマでは稲穂顔出し恵比須顔
〈交野市〉知る人もなし

テーマ投稿の

募集テーマ…〇〇で涼を感じる（8月号掲載）

応募締切
毎月20日
（広報誌発行月の20日）
当日消印有効

※投稿が多数の場合は、抽選による掲載となります。
※「短歌」「俳句」「川柳」の応募は楷書で丁寧に、特殊な読みの語には「ふりがな」を付けてください。
※ご意見・ご要望等は、当広報誌の「教えて!JA」に掲載させていただく場合があります。
※お便りにご質問等が記載されていた場合、担当部署よりご連絡させていただくことがあります。
※ご応募いただいた個人情報は本誌の企画・編集以外には使用いたしません。
※掲載分はJA北河内のホームページにも掲載されますので、ご了承ください。

山羊座
12/22～1/19
【全体運】手堅い運気。無理をせず着実に動けば望みがかないます。判断に迷ったときはクオリティーの高い方を選びましょう　【健康運】行動的なほど調子が上がります。外出を増やして　【幸運の食べ物】新ショウガ

《クロスワードパズル特別企画》

北河内産

旬の地元野菜プレゼント！

合計40名様

※写真はイメージです



応募締切：20日

クロスワードパズルの正解者の中から抽選で40名様に当たる！

CHECK!!

クロスワードパズルは22ページに!!

【当選通知について】

当選者には**6月第4週**に**電話でご連絡**いたします。初回連絡日含めて2営業日以内に連絡が取れない場合は、勝手ながら当選無効とさせていただきます。
あらかじめご了承ください。なお、当選権利は本人以外に譲渡できません。

【配送について】

7月上旬予定（平日の午前9時～午後4時30分／夜間・土日配送は行っておりませんのでご注意ください）に、JA職員が配達いたします。（詳細は電話連絡の際にご案内）。不在時には「不在票」を投函いたします。投函翌日までにご連絡がない場合、誠に勝手ながら当選無効とさせていただきます。

おいしく食べて美しく

美を守る！ 貧血対策のための食事

管理栄養士・フードスタイリスト
大槻万須美

■貧血が美容に与える影響

貧血のうち、鉄欠乏性貧血は鉄が不足することで赤血球やヘモグロビンが作られなくなり、全身への酸素の供給が十分にされなくなっている状態です。貧血により血行不良になると、全身に必要な栄養素が隅々まで行き渡りにくくなってしまいます。鉄はコラーゲンの生成にも関わっているため、貧血になると次のように美容にもさまざまな影響が現れます。①肌や髪のトラブルが起こりやすくなる②爪が薄くなり割れやすくなる・縦線の多い爪になる③疲れ顔や覇気がない表情になる④疲れやすくなり運動能力が落ち、筋力や代謝が低下する――。

■食事でしっかり貧血対策

現代女性の多くが鉄の1日の摂取推奨量（月経がある女性の場合は約10・0～12・5mg／日）を下回っていると指摘されています。

鉄は、赤身の肉や魚・レバーなど動物性食品に含まれている吸収率の高いヘム鉄と、野菜や海藻類・豆類など植物性食品・乳製品や卵に含まれる吸収率の低い非ヘム鉄の2種類に分類されます。非ヘム鉄は良質なタンパク質やビタミンCを多く含む食品と一緒に取ることで吸収率が高まります。さらに、赤血球の構成成分である鉄やタンパク質・鉄の代謝に関わる亜鉛や銅・マグネシウムなどのミネラル・造血因子であるB12・葉酸やビタミンB6などのビタミンの十分な摂取が必要です。

例えば、もち麦のひじきご飯（鉄分約1・5mg／茶わん1杯・150g当たり）・イワシのかば焼き（鉄分約3mg／90g当たり）・小松菜としらすのお浸し（鉄分約2mg／80g当たり）・鶏レバーの生姜煮（鉄分約5mg／60g当たり）・アサリのみそ汁（鉄分約3mg／1杯・150ml当たり）の組み合わせなどで、1日に必要な鉄分を摂取することができます。

鉄分の他にも、ビタミンやミネラルなど、バラエティーに富んだ栄養素を意識してバランスの良い食事を心がけることが大切です。



イラスト：宮下めい子

レシピ提供●料理研究家　和田麻紀子

家族で楽しむおいしい一皿

初夏の恵みを世界の料理で楽しもう



南フランス　トマトファルシ

トマトを丸ごと大胆な肉詰めに

材料（4人分）

トマト‥ 4個（1玉200g程度）
ニンニク（みじん切り）
‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 1/2片（2.5g）
オリーブ油 ‥‥‥‥‥‥‥‥大さじ1
タマネギ（みじん切り）‥ 80g
合いびき肉 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 350g
好みのハーブ（バジルやタイム・オレガノなど）‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥適宜

A
- 卵 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥ M1個（60g）
- パン粉‥‥‥‥‥‥ 大さじ2（6g）
- 塩 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 小さじ1
- カレー粉 ‥‥‥‥‥‥‥‥ 1つまみ

作り方

❶オーブンを200度に予熱しておく。トマトはへた側を1cmくらいの厚さでスライスしてふたにする。残りの部分は中身をくり抜いて器にし、切り口を下にして水気を切っておく。ふたとくり抜いた中身は取っておく。
❷ニンニクとオリーブ油をフライパンに入れて弱火で熱し、香りが出たらタマネギを加えてしんなりするまで炒めて冷ます。
❸ボウルに合いびき肉とA、②を入れてよくこねる。トマトの器にそれぞれ1/4量ずつ詰めてふたをのせ、深めの耐熱容器に入れてオーブンで30分焼く。
❹くり抜いた中身を塩少々（分量外）と好みのハーブで煮詰めてソースを作り、③にかけて出来上がり。

ポイント

堅めのトマトを使うと焼いても崩れにくいです。崩しながら食べるので崩れてしまってもおおらかな気持ちでOK。座りの悪いトマトはほんの少しだけ底を切り落とすと安定します。

アレンジ

- 溶けるチーズをかけて焼く、中にモッツアレラチーズを入れる
- ズッキーニやパプリカなどの野菜も耐熱容器に一緒に入れてグリルに

朝食にも。ズッキーニの味を生かしたさっぱりケーキ

英国　ズッキーニケーキ



材料（直径15cmケーキ型1台分）

ズッキーニ‥‥‥‥‥ 1本（200g）

A
- 薄力粉 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥200g
- ベーキングパウダー ‥ 小さじ1
- 重曹 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 小さじ1/3
- シナモンパウダー ‥‥‥‥ 少々

卵 ‥‥‥‥‥ M1個（60g）
砂糖 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥120g
塩 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 1つまみ
油 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 90g
レモン汁 ‥‥‥‥‥‥‥‥‥‥ 20g

作り方

❶オーブンは180度に予熱しておく。ズッキーニは粗くすりおろす。Aはふるっておく。
❷卵と砂糖・塩をボウルに入れてよく混ぜ、油を少しずつ入れて乳化※するように混ぜ合わせる。ズッキーニとレモン汁を入れて混ぜ、Aを入れてゴムべらでこねないようにさっくりと混ぜ合わせる。
❸クッキングシートを敷いた型に②を流し入れ、型を5cmくらいの高さから落として空気を抜く。オーブンに入れて180度で50分程度焼き、竹串を刺して生地が付いてこなくなったら網の上で冷まして出来上がり。

※水と油など、本来は溶け合わないものを混じり合った状態のこと。ここでは卵の水分と油

ポイント

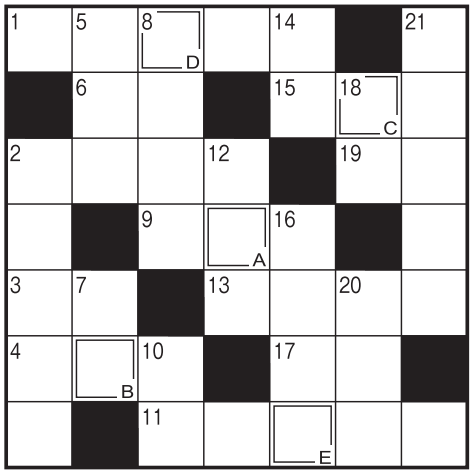
油は米油や菜種油など癖のないものがお薦めです。また、②では一度に加える油の量が多いと乳化が進まず分離してしまいます。必ず少しずつ加えましょう。

アレンジ

- レモン汁と粉砂糖を混ぜ合わせたアイシングをかけて甘く仕上げる
- ナッツやチョコレートを入れる
- サワークリームやクリームチーズなどを塗る

クロスワードパズル

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?



ヨコのカギ

①傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
②赤外線やX線もこれの一種
③梅雨入りすると、梅雨――がいつ頃なのか気になります
④簡単には意見を曲げません
⑥損の反対語
⑨親しいつきあいのこと。昔の――でなんとかしてよ
⑪アメリカ原産の大きなカエル
⑬自宅を離れて観光などをします
⑮ウメやブルーベリーの食べる部分
⑰合唱部が練習するもの
⑲一年で一番昼が長い日

タテのカギ

②完成しました!
⑤成長した羊の肉です
⑦ペンは――より強し
⑧彼は大舞台で面目――を果たした
⑩手のひらや足の裏の反対側
⑫旬よりも時期が早いもの
⑭この教科の時間にアサガオを育てた人も多いのでは
⑯古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
⑱ウィッグや付け毛ではありません
⑳クイズを出されて考えるもの
㉑中学校で教育――をおこなう大学生

《クロスワードパズル特別企画》

旬の地元野菜プレゼント!

※写真はイメージです



正解者の中から抽選で **40名様** に当たる! (詳細は20ページ)

応募締切 20日

【パソコン・スマホから応募】

右の二次元コードから応募できます。

JA北河内ホームページからも応募できます。
【JA北河内ホームページ】▶【くらしサポート】▶【広報誌応募フォーム】
https://form.run/@q-sogoki-oubo

【ハガキでの応募】

ハガキに右記の内容をお書きの上、本店総合企画課宛に郵送してください(当日消印有効)。

FAXでのご応募も可能です。
FAX番号:
072-844-8844

① クロスワードの答え
② 今月号の感想や好きなコーナーなど
③「投稿コーナー」への投稿
※匿名・ペンネーム可
④ 広報誌やJAへのご意見・ご要望など
⑤ 郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号

郵送先
〒573-0027
大阪府枚方市大垣内町2丁目1の11
JA北河内本店 総合企画課 行



4月号の答え ハナフブキ

きたかわちカレンダー 2026.6

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
豊	営	西					豊	営	中	き 蹉跎支店		イ キッズ農業体験教室(営農センター)		豊	営	西	き 川越支店				豊	営	中			イ 通常総代会(本店3階大ホール)		豊	営

営農相談日／豊 豊野支店 営 営農センター 中 中部経済センター 西 西部経済センター き きこえの相談会 イ イベント

水瓶座 1/20～2/18
【全体運】勢いのある運気ですがトラブルの気配も。完璧を目指さず優先順位を付けて進めましょう。フォローは後から
【健康運】考え過ぎないように。うっかりのけがに注意 【幸運の食べ物】エダマメ

理事会だより

令和8年4月30日（木）午後1時

付議事項

1号議案　令和7年度 事業報告及び決算報告
2号議案　リスクマネジメント基本方針の廃止制定について
3号議案　マネー・ローンダリング等への対応に関する規程の一部改正について
4号議案　令和8年度 貸出金利率の最高限度について
5号議案　資産自己査定結果について
6号議案　大阪府常例検査､指摘事項に対する検査回答書について
7号議案　顧問契約の変更について
8号議案　令和9年度 職員採用計画について

以上の事項が協議され､全て承認されました。

報告事項

- 令和7年度 組合員状況報告
- 不祥事案における再発防止策の取組状況報告について
- JAバンクの内部管理態勢構築にかかる指針の一部改正について
- 生産者組織等への助成金支出について
- 令和7年度 職員教育研修実績について
- 令和7年度 下半期内部監査結果報告
- 職員の永年勤続表彰について
- 組合長権限貸出金報告

営農相談日

JAの営農指導員が､営農に関する皆さまのご相談に応じます。

豊野支店	毎週月曜日
営農センター	毎週火曜日
中部経済センター	毎月第2・第4水曜日
西部経済センター	毎月第1・第3水曜日

詳しい情報は「あなたもチャレンジ!家庭菜園」のページ下段に掲載しています。

JA北河内 LINE 公式アカウント

友だち募集中

朝市・野菜即売会などのイベント情報はもちろん､各種キャンペーンの情報などリアルタイムに発信中♪

友だち追加、待ってま～す♪

@910mydak

友だち追加方法
LINEの「友だち追加」から上記IDで検索､または上記二次元コードを読み取ってください。

JA北河内の概要

令和8年4月末日現在

組合員数	39,254人
	（正）4,619人
	（准）34,635人
職員数	319人
貯金	5,265億4,227万円
貸出金	409億9,750万円
共済保有高	7,863億2,379万円
購買品供給高	3,334万円
販売品販売高	2,732万円
出資金	28億9,814万円

税務・法律相談日　事前予約制

JAの顧問税理士・顧問弁護士が税務・法律に関するご相談に応じます。

税務相談

▶本店（枚方）
6月11日（木）午前10時～午後3時
▶門真中央支店
6月18日（木）午後1時30分～午後4時
▶香里支店
6月17日（水）午前10時～午後3時
▶交野中央支店・庭窪支店
随時開催／相談日は予約時に決定

法律相談

▶本店（枚方）
6月10日（水）午前10時～午後3時
▶門真中央支店
6月29日（月）午後1時30分～午後4時
▶香里支店
6月5日（金）午前9時30分～正午
7月3日（金）午前9時30分～正午
▶交野中央支店
随時開催／相談日は予約時に決定

申し込みについて

・予約制ですので、事前に最寄りの支店へお申し込みください。なお、申し込み状況等により、ご希望にそえない場合があります。

本店・生活指導課……072-844-1356
門真中央支店……06-6909-4600
香里支店……072-834-1011
交野中央支店……072-892-3001
庭窪支店……06-6901-2500

編集後記



今月号「きたかわちのツボ」の蛙石の伝説に、由松が大和郡山城の普請に駆り出されていますが、今年のNHK大河ドラマの主人公である豊臣秀長が、大和郡山城を増改築した頃の話だそうです。城の石垣普請に駆り出された村人の悲哀が現代にも伝わってきます。（まつ）



衣替えの季節ですね。衣替えのルーツは「夏と冬の式服を変えて着用する」という中国宮廷のならわしで、日本に伝わってきたそうです。気温が20度を下回ると肌寒いと感じる日もあるので、羽織は少し出しておこうと思います。（きく）

世界人権宣言 第1条より　すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である。 大阪府

魚座　2/19～3/20
【全体運】厳しい状況も次第に好転。逃げずに向き合えば早く解決へと向かいます。周りの人の意見も聞いてみましょう
【健康運】呼吸を整えるストレッチがお勧めです　【幸運の食べ物】ラッキョウ

JAきたかわち　6月号　2026 June　No.289

きたかわちのツボ

北河内にまつわる話やスポットなど、
さまざまな「ツボ」をつく話題をお届けします。



春日大明神と石清水八幡宮の燈篭

第111回 森燈篭（とうろう）の辻と蛙石（かえる）（交野市）

交野市の森地区の中心部には、大きな石燈篭が並んでいます。これは石清水八幡宮と春日大明神の燈篭です。４月号で紹介しましたが、森地区は石清水八幡宮の石清水祭の火長神人（かちょうじにん）として、深い関わりがあります。燈篭の左には「蛙石（帰る石）」と呼ばれる石があり、この石にまつわる民話を紹介します。

河内郡交野の森という村の城戸（きど）というところに、由松とお種という仲の良い夫婦が住んでいました。夫婦はわずかな田畑を耕し暮らしていましたが、ある日、庄屋さんから「郡代（ぐんだい）（地方官の一つ）からの命令で、大和の国の郡山城（こおりやま）の普請（ふしん）（土木工事）に出てくれないか」と言われ、翌日に各村からも数人が駆り出されました。

お種のもとには、夫の由松から時々「郡山城では石垣の石を各地から運搬する。３カ月もすれば工事も終わる」との便りが届いていましたが、音信のない日々が続きました。

３カ月が過ぎ、他の村人は帰ってきましたが、由松は帰ってきません。

帰ってきた人たちに由松の様子を尋ねましたが誰も知りませんでした。ところがある人の話で、城の石垣が崩れて数名の死傷者が出たということでした。

お種は夫の帰りを石燈篭のそばに毎日立って待っていましたが、いつしか姿が見えなくなりました。村人が行方を探していると、いつもお種が立っていた場所に、大和から帰ってくる方を見ているような、蛙のような形の石があるのに気が付きました。お種は由松の帰りを待ちきれず石になったのではないか…と伝わっています。

また２基の石燈篭と蛙石の北東には、奈良の東大寺二月堂の石燈篭が４基あり、二月講の名残りと思われます。



蛙石



東大寺二月堂の石燈篭

【アクセス】（燈篭2基と蛙石、燈篭4基）京阪電車「河内森」駅下車、徒歩6分

【参考文献】「交野の歴史文化 森燈篭の辻～森古墳群周辺散策」（星のまち交野ホームページ）
『交野草子』廣岡昌子 他

Googleマップはこちら➡

蛙石（森燈篭の辻）

森燈篭の辻（北側）

発行：北河内農業協同組合　代表理事組合長　中木福義
〒573-0027大阪府枚方市大垣内町2丁目1番11号
TEL　072（844）1351

広報誌はJA北河内のHPからもご覧いただくことができます。
https://www.ja-kitakawachi.or.jp/
JA北河内 で検索
スマホ・タブレットはこちらのQRコードからご覧ください
※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

旬な情報はLINEでチェック!!
LINE ID @910mydak