

# JAだより みづま

三瀨町農業協同組合

2026 7 月号  
No.507

親の顔が見たいほど、  
真っすぐ育ちました。

育ての親は、JAみづまの職員と地域の皆さま。5月末、  
1万6000箱の播種作業の成果が、こんなに頼もしい姿  
になりました。

JAみづまのホームページはこちら



揚げる・漬けるで  
歯応えアップ

油で揚げたり塩で漬けることで歯応えのある食感に変えてみましょう。

ナスの天ぷら

衣のサクサクした食感で食べやすくなります



ナスの浅漬け

生で塩もみして浅漬けにすると、歯応えが良くなり塩味が食欲を刺激します

ナスのステーキ

こんがり焼くとステーキのようにジューシーな味わいになります



油と相性抜群

ピーマンの苦味成分は油に溶ける性質があるため、油で調理をすると苦さが和らぎます。

チンジャオロースー

ピーマンの繊維に沿って縦に切るとより苦味が抑えられます



肉巻き

豚ばら肉で巻いて焼くと、脂のうま味によって苦味を感じにくくなります

無限ピーマン

千切りピーマンにごま油や塩昆布、ツナをあえるとご飯が進むおいしさに



ナス

夏にうれしい成分

ナスニン/カリウム

皮が気になりにくい切り方を

ナスの皮の紫色が、子どもに未知の味への警戒心を抱かせることがあります。切り方やむき方を工夫してみましょう。



ミートソース

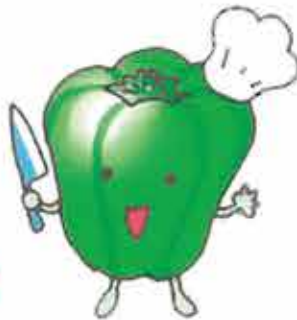
みじん切りにすると、皮を気にせず食べられます



ナスのラザニア

薄切りにすると皮が目立たなくなります

ピーマン

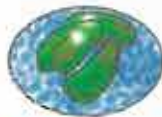


夏にうれしい成分

ベータカロテン/ビタミンC/カリウム

油やスパイスと調理

油やスパイスと調理すると青々としたにおいが和らぎます。また、ピーマンのビタミンCは加熱しても壊れにくいとされています。



焼きピーマン

弱火でじっくり焼くとピーマン特有の香りが弱まり、甘さも引き出されます



ガバオライス

ニンニクやハーブなどの風味で食べやすくなります

油と調理であく抜き不要

油で加熱調理をすると、水分とともにあくが抜けるため、事前のあく抜きが必要ありません。



ナスの素揚げ

油で揚げることでうま味が引き出され、苦さも和らぎます



麻婆茄子

ピリ辛の味がよく合います。素揚げしたナスで作るのがおすすめです

みそ炒め

しっかりと味付けすると渋さが気にならなくなります



加熱調理で軟らかく

加熱することで軟らかくなり、甘さが引き出されるため食べやすくなります。

かき揚げ

タマネギやニンジンと一緒に揚げると、甘さが加わり食べやすくなります



キーマカレー

みじん切りにしたピーマンをひき肉と一緒に炒めます



肉みそ

みじん切りにしたピーマンを肉みその具材にして炒めます



暑さを乗り切る  
夏野菜パワー

**夏バテしない  
体づくりに**  
暑さに負けない体づくりにサポートが期待できるビタミンCや体内の塩分濃度を調整するカリウムなどが多く含まれています。

**紫外線による  
ダメージ対策に**  
紫外線によるダメージを対策する効果が期待できるリコピンやナスニン、ベータカロテン、ビタミンCなどが多く含まれています。

**旬の時期は  
栄養もたっぷり**  
旬の時期は他の時期に比べ栄養豊富になるとされています。トマトの場合では、ベータカロテンの量が約2倍になるといわれています。

太陽の恵みを蓄え、みずみずしく育った夏野菜たち。一口かじれば、旬の味わいが口いっぱい広がりますが、味に敏感な子どもたちにとっては、その個性豊かな食感や香りが苦手の原因になることもあります。しかし、苦手は無理に克服しなくても大丈夫。調理の工夫次第で、驚くほどおいしく食べられるかもしれません。夏野菜のおいしい食べ方を、親子で試してみませんか？

ひと手間でもっとおいしく!  
**親子で  
夏野菜を  
楽しもう**



イラスト：小林裕美子



**トマト**

夏にうれしい成分

リコピン/ベータカロテン/ビタミンC

食感の変わる  
調理方法もおすすめ

湯むきや冷凍、乾燥などで皮や果肉の食感を変えてみましょう。

湯むきトマト

熱湯に40~50秒入れ、氷水で冷やして皮をむきます。お好みで種を取りサラダや煮込み料理に



**フローズントマト**  
一晩冷凍するとシャーベットのような食感に

ドライトマト

100度のオーブンで2時間ほど乾燥させると甘さが増します



焼きトマト

オリーブ油と塩をかけ200度のオーブンで10~15分焼くと甘さが増します



トマトカレー

特にガラムマサラ、クミン、コリアンダーなどの組み合わせがおすすめです

甘さを引き出す

加熱すると甘さがアップし酸味が和らぎます。乳製品や砂糖と合わせるのもおすすめです。

トマト煮

じっくり煮込んで水分を飛ばすと、うま味と甘味が凝縮されます



トマトチーズピザ

トマトとチーズがお互いのうま味を引き立てます



監修者の方

親子で「おいしいね」と幸せを分かち合う食事の時間。無理をせず、苦手なものは食卓に並べるだけでも十分です。親子で「どうしたらおいしくなる?」と探究して、子どもに興味を持たせるのもいいでしょう。冒険するように夏野菜の世界を楽しんでください。

管理栄養士 小林裕美  
保育士の管理栄養士として食育や就労支援に携わり、2018年に独立。幅広い世代に健康・美容・環境に優しいレシピや食生活を伝えている。



双子座【全体運】停滞ムードを払拭したいならチャンスです。はっきり意思表示しましょう。次のステップが見えてきます  
【健康運】急な発熱、やけどに注意。休息を忘れずに  
【幸運の食べ物】青トウモロコシ



蟹座【全体運】好調運。あちらこちらから引っ張りだこで忙しくなりそう。効率良く働くよう心がけて。大きな成果が期待できます  
【健康運】リラックスタイムを多めに。お風呂はぬるめで  
【幸運の食べ物】インゲン



次期作の豊作は「健苗育成」から! ～いちご部会が育苗講習会開催～

2 目標をゼロに 8 働きがいも 健康にも 12 つくる責任 つかう責任 13 気候変動に 具体的な対策を

5月15日、特産課は令和8年産に向けた「育苗講習会」を開催しました。いちご栽培において「苗半作(苗の出来が作柄の半分を決める)」と言われるほど、育苗は重要な工程です。当日は多くの生産者が参加し、普及指導センターの職員から昨年度の振り返りと今後の栽培管理について熱心な指導が行われました。

【令和7年産の振り返り】

春先の低温・6月の日照不足により、ランナー(つる)の発生や生育が遅れる原因に。また、特にプランター育苗でかん水不足が発生した。

【令和8年産に向けた「健苗育成」3つのポイント】

次期作に向けて、①水と肥料の適切な管理②「低温処理」でランナー発生を促進③猛暑対策と根の保護の対策を徹底すること

加えて親株の炭疽病の潜在感染率が年々上昇していることと病害虫対策の徹底も呼びかけられました。

天候不順や病害虫などの課題は少なくありませんが、部会員一同、今回の講習会で得た知識を共有し、良質な苗づくりと令和8年産の最高の美味しさを目指して、決意を新たにしました。

※当JAのいちご部会は、気候変動に対応した栽培技術の向上を通じて、持続可能な農業(SDGs)に貢献しています。



チームワークで1万6000箱突破! ～豊作への願いを込めた育苗播種作業がスタート～

2 目標をゼロに 8 働きがいも 健康にも 17 パートナリングで 目標を達成しよう

いよいよ今年の米作りが本格的に始動し、農産課は5月28日からの4日間、本所駐車場で水稻播種(はしめ)作業を行いました。

今年の播種数は、『1万6000箱』。この大きな目標を達成するため、今年はJA職員だけでなく、多くの作業員の方々にもご協力いただき、万全の増員態勢で臨みました。

播種機から次々と流れてくるずっしりと重い箱苗の運搬、広大なスペースに一枚一枚手作業で隙間なく苗箱を並べ、仕上げのネット掛け。どれも大変な体力勝負の作業ですが、参加した皆さんの息の合った見事な連携プレイにより、作業は着々と進められました。現場は終始活気に溢れ、豊作に向けた熱意が伝わってくる4日間となりました。

作業にご協力いただいた皆様、本当にお疲れさまでした。今回撒かれた種籾は、これから大事に管理・育成され、青々と元気な苗となって組合員の皆さまの田んぼへと届けられます。今年の秋の豊作に、どうぞご期待ください。

※JAみづまでは、職員と地域が協力しあうこのような活動を通じて、美味しいお米の安定供給を守り、SDGsの目標である「持続可能な農業」と「豊かな地域づくり」に貢献していきます。



令和7年度野菜部会総会を開催 ～全議案を承認、現役員体制で引き続き邁進～

2 目標をゼロに 12 つくる責任 つかう責任 17 パートナリングで 目標を達成しよう

6月5日、令和7年度の野菜部会総会が開催されました。

当日は会場への実出席と事前に提出された書面議決書を合わせて過半数を超え、総会は無事に成立しました。議事では「令和7年度事業報告および収支決算」「令和8年度事業計画および収支予算」「賦課金の徴収」が上程され、審議の結果、すべての議案が満場一致で承認・可決されました。また役員についても変更はなく、現体制のまま引き続き部会を力強く牽引していくことが確認されました。

※当JAの野菜部会は、これまで同様に安全・安心な野菜の生産に努めるだけでなく、SDGs(持続可能な開発目標)が掲げる「食料の安定供給」や「作る責任」を意識し、将来にわたって環境や地域にやさしい持続可能な農業の実現を目指していく方針です。



今月のあなたの運勢 7月 モナ・カサンドラ

4 獅子座 【全体運】 上昇運です。活動的なほど良いことが。新しくできた場所やイベントに出かけましょう。金運は好調で買い物大吉 8/22 【健康運】 スマートフォンやテレビの見過ぎに注意。目を大切に 【幸運の食べ物】 スッキーニ

乙女座 【全体運】 順調そうに見えて邪魔の入りやすいとき。タイミングの合わないときは無理をしないで仕切り直しを。学びにツキ 8/23 【健康運】 準備体操は入念に。ストレッチで関節痛を予防 9/22 【幸運の食べ物】 ミョウガ

6月10日、農産課はいよいよ本格化する大豆シーズンに向け、「大豆播種前研修会」を開催しました。多くの生産者にご参加いただき、今年のカイ培に向けた重要ポイントを確認しました。



**【昨年の振り返りと課題】**

令和7年産は、子実肥大期の日照不足により小粒傾向となり、10月以降の高温の影響でカメムシなどの被害が多くみられました。近年、大粒比率が減少し、小粒傾向が高まっていることが全体の収量低下の大きな要因です。

**【令和8年産栽培の重要ポイント】**

こうした課題を改善し、収量と品質を確保するため、研修会では「適期播種の徹底」「適切な乾燥対策」「病害虫・雑草の徹底した防除」が強調されました。

**【△重要:トラクターのシートベルト着用義務化について】**

農作業安全対策として、令和9年1月1日より乗用型トラクターのシートベルト着用が義務化されることについても説明がありました。ご自身の命を守るため、日頃から安全確認とルールの遵守をお願いいたします。

また、講習会の最後には令和7年度産大豆栽培において、特に優秀な成績を収められた皆さまの表彰式が行われましたので、お知らせいたします。

※良質な大豆の安定生産は、「持続可能な農業」に、トラクターの安全対策は「働きがいのある安全な環境づくり」に直結しています。



左より 最優秀賞:喜田弘氏 優秀賞:喜田紘司氏 優良賞:後藤広太氏

情報の提供は、JAみづま総務部まで

☎0942-64-2211



**家族で楽しむおいしい一皿**

レシピ提供 ● 料理研究家 和田麻紀子

**旬のトウモロコシを意外な食材との組み合わせで楽しもう!**

**サケのグリル トウモロコシサルサソース**



夏野菜をたっぷり使ったソースがおいしい

**材料 (2人分)**

- |        |                          |
|--------|--------------------------|
| サケのグリル | ・サケ …………… 2切れ(1切れ80g)    |
|        | ・塩 …………… 少々              |
|        | ・こしょう …………… 少々           |
|        | ・小麦粉 …………… 適量            |
|        | ・オリーブ油 …………… 大さじ1        |
| サルサソース | ・トウモロコシ …… 1本分(可食部約150g) |
|        | ・紫タマネギ …………… 1/8個(25g)   |
|        | ・トマト …………… 1個(200g)      |
|        | ・パクチー …………… 2、3本         |
|        | ・オリーブ油 …………… 大さじ2        |
|        | ・レモン汁 …………… 大さじ1(1/2個分)  |
|        | ・塩 …………… 小さじ1/2          |
|        | ・こしょう …………… 少々           |
|        | ・チリパウダー …… 適宜            |
|        | ・ライム、レモン …… 適宜           |

**作り方**

- ①トウモロコシは薄皮を1、2枚残して外側の皮をむく、ひたひたの水(材料外)が入った深めの鍋に入れて火にかけ、沸騰したら中火で5分ほどゆでる。ざるにあげて冷ましたら皮をおき半分に切ってまな板に立て、粒を削ぐようにして外す。
- ②サルサソースを作る。紫タマネギはみじん切りにして5分ほど水にさらし、水気をしっかりと絞る。トマトは1cmの角切りにする。パクチーはみじん切りにする。その他のサルサソースの材料全てをボウルに入れ、トウモロコシの粒と紫タマネギ、トマト、パクチーを加えて混ぜ合わせる。
- ③サケのグリルを作る。サケに塩とこしょうを振って小麦粉を薄くはたく。フライパンにオリーブ油を熱し、サケをこんがり焼き色が付くまで焼く。
- ④皿に③をのせて、②のソースをかけて出来上がり。ライムやレモンをお好みで搾ったり添えても良い。

**ポイント**

トウモロコシは全体に満遍なく火が通るように、箸で転がしながらゆでましょう。黄色い粒が鮮やかになるくらいがざるにあげる目安です。

**アレンジ**

- サルサソースをそうめんなどに絡める
- サルサソースにタバスコなどを加えて大人向けに

今月のあなたの運勢 7月 モナ・カサンドラ

**天秤座** 【全体運】目標は大きく、そして小さな一歩から始めましょう。計画性がものをいいます。うまくいったプランを参考に  
9/23 【健康運】体カアップのチャンス。しっかり食べて鍛えて  
10/23 【幸運の食べ物】レタス

**蠍座** 【全体運】注目度が上がり周囲の支援を受けられます。やりたいことを明確に。困難に立ち向かう姿勢が幸運につながります  
10/24 【健康運】下半身の冷気に気を付けて。トイレは我慢しないで  
11/22 【幸運の食べ物】トウモロコシ



# JAみづま 自己改革取組レポート(取り組み報告)

～地域に必要とされるJAに～

JAみづまでは「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を目標に取り組んでいます。令和7年度の主な実績をご紹介します。

## I. 自己改革実践の基本的考え方及び主な取り組み

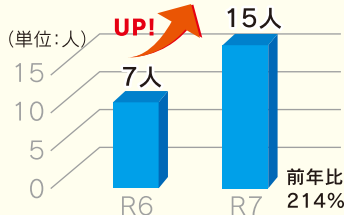
### 1. 「農業者の所得増大」と「農業生産の拡大」

#### 労働力不足の解消と農業の効率化

この免許支援は、大型農機をスムーズに使える環境づくりと省力化を後押しし、広い農地の管理を行いやすくするものです。

また、操作知識の普及を通じて安全対策としても役立ち、組合員皆さまの命と財産を守ることに繋がっています。

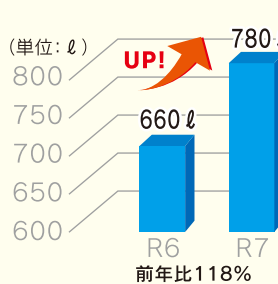
#### 大型特殊免許取得者 (農耕者限定)



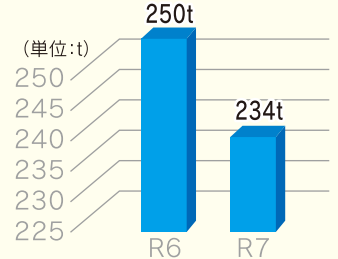
#### 生産・出荷資材におけるコスト低減に向けた取り組み

JAグループのスケールメリットを生かした「集中購買品目」や「大型規格農薬」を営農規模に応じて提案推進しています。その結果、現場のニーズに合ったコスト削減が進み、農業者の生産資材費の軽減(所得向上)につなげています。

#### 大型規格農薬の販売数量



#### 集中購買品目の販売数量



### 2. 「地域の活性化」に向けた取り組み

#### 食育教育活動の実施

「地域とのつながり強化」と「次世代の農業理解の促進」を目的に、子供や子育て世代を対象とした、体験型の食農教育活動を実施しました。

#### 【取組実績】

- ・9月:感謝祭における「親子食育体験」
- ・12月:「親子料理教室」の開催
- ・3月:農産課との連携による「小学校出前授業」

令和6年度 2回

令和7年度 3回

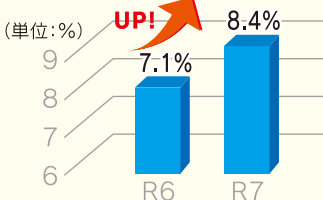


## II. 自己改革を支える持続可能なJAの組織基盤と経営基盤の確立・強化

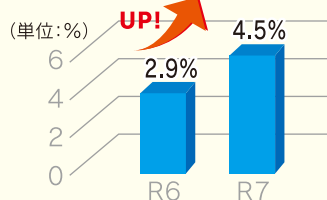
#### ICTで効率化

利用者皆さまの利便性向上と業務の効率化を目指し、個人向けインターネットバンキングや共済webマイページの普及に取り組みました。

#### インターネットバンキング普及率



#### webマイページ普及率

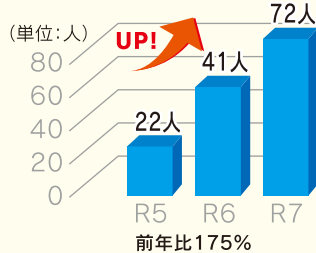


## III. 自己改革の実践に向けた組合員の意思反映

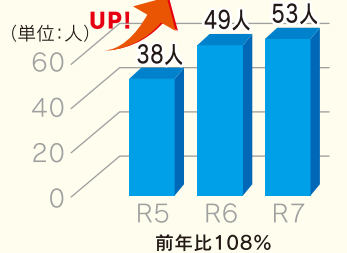
#### 生産現場の声をJAに

「生産現場の声」をJA運営に活かし、組合員とのつながりを深めるため、対話活動に取り組んでいます。

#### 担い手経営体・中核的担い手との対話



#### 座談会や諸会議を通じた対話



#### 将来を見据えて

令和7年度青壮年部員新規勧誘 1名

未来の地域農業を見据え、次の世代を担う生産者の育成・確保に取り組んでいます。



#### 准組合員の声もJAに

准組合員の声をJA運営に反映し、地域の組合員や住民との交流を深めています。

◎参加意識の高い准組合員との対話

令和7年度 20件

◎直売所イベント・農業まつり等を通じた対話

令和7年度 16件

今月のあなたの運勢 7月 モナ・カサンドラ



射手座 【全体運】 物事を丁寧にいきましょう。慌ててやり直さずより早く進みます。下旬には成果が見えそうです。買い物は上旬が吉  
【健康運】 スキンケアに力を入れて。爪のお手入れも◎  
【幸運の食べ物】 モロヘイヤ



山羊座 【全体運】 運勢は不安定。何となく周りとかみ合わないことが多いので、連絡と確認を心がけて。ゆっくと物事を進めると◎  
【健康運】 発酵食品や食物繊維を食べて胃腸を元気に  
【幸運の食べ物】 ナス





## 資産管理について その1 土地や建物

今回から資産管理について説明します。土地や建物の他、金融資産（現金・預貯金・株式など）などが資産として挙げられると思います。資産を管理するときに大切なことは、自分の資産の状況を正しく把握することです。まずは土地や建物の資産状況の把握について解説します。

### ■土地や建物は契約内容を確認

土地や建物を賃貸したり、売却する場合、契約書が作成されます。まず、契約書が存在しているか否かを確認しましょう。契約に当たって大切な項目、つまり、契約書に記載すべき内容を確認してください。売買契約の場合は、①誰が誰に、②何を、③いつ、④いくらで、⑤いつまでに売却をするかがポイントです。

①の「誰が誰に」は、売り主と買い主を特定しているかということです。売り主は対象物件の所有者なのか、判断力はあるのか。また代理人によって売却する場合には代理権は正しく存在するか、売買当事者に反社会的勢力に関係した者はいないか、などです。

②の「何を」とは、売買対象は特定しているのかということです。土地の場合は登記簿と対象物件は一致しているのか、登記簿と実測面積が異なるときはどうするのか、実測面積とするのか、登記簿の面積とするのなら分筆手続をする必要はないかなどです。また、対象物件に抵当権や賃借権や差し押さえなどの登記は設定していないかなどです。

さらに、対象物件の用途制限は何かや、犯罪行為の対象地になっていないかなどです。

③の「いつ」は、契約日は明記されているかです。

④の「いくらで」は、売却代金の特定はできているかです。

⑤の「いつまでに」とは、代金はいつまでに支払うのか、登記手続きはいつまでにするのかです。

以上の項目が明記されていない場合は、売買当事者双方が合意の上、契約書の再作成または別途覚書や合意書を作成し、当事者全員の署名捺印をしてもらうと良いでしょう。

### 契約書の確認ポイント

①誰が誰に

②何を

③いつ

④いくらで

⑤いつまでに

**久留米市からのお知らせ**

という方、必見です！

農産物で新しい商品を作るには…？

販路を広げるにはどうすればいい？

### 令和8年度 久留米市6次産業化等チャレンジ支援補助金のご案内

久留米市では、市内の農林漁業者の皆さまが自分たちで育てた農産物を使って加工品を作ったり、新しい販売ルートを開拓したりする取組（6次産業化）を応援する補助金をご用意しています。「規格外の野菜で加工品を作ってみたい」「開発した商品のパッケージを新しくしたい」など、是非この機会にチャレンジしてみませんか？

**こんな方が対象です**

- ◎久留米市にお住まいの農林漁業者（個人・任意団体）
- ◎久留米市内の農林漁業団体
- ◎久留米市内に拠点がある食品製造業者 など

**支援メニューと補助額（補助率はすべて対象経費の1/2以内）**

1. 商品開発支援（上限50万円）：新しい商品の試作・開発にかかる経費
2. 販路拡大支援（上限50万円）：開発した商品のPRや販路拡大にかかる経費
3. 商品改良支援（上限50万円）：既存商品の改良にかかる経費
4. コンサルティング支援（上限30万円）：専門家への相談経費

**【受付締切】** 令和8年11月30日（月）まで

※予算額に達し次第、受付終了となりますのでお早めにご相談ください！

**【お問合せ・お申し込み先】** 久留米市農政部農業の魅力促進課

TEL:0942-30-9165 / FAX:0942-30-9717

今月のあなたの運勢 7月 モナ・カサンドラ



**水瓶座【全体運】** 余計なことは言わずにいた方が味方が増えてうまくいきそうです。特に年上の人には敬意を持って接しましょう  
**【健康運】** 積極的にスポーツやレジャーを楽しんで  
**【幸運の食べ物】** コーヤ



**魚座【全体運】** 欲を出すのはトラブルのもと。裏を分け合う気持ちが幸運を引き寄せます。相手をいたわる気持ちを大切に  
**【健康運】** 料理中や作業中のけがに気を付けて  
**【幸運の食べ物】** カボチャ

久留米市三潯町農業用廃プラスチック等適正処理推進協議会

# 農業用廃プラスチック回収のお知らせ

右記の要領にて、農業用廃ビニール、廃ポリ、肥料袋等の有料回収を行います。

◎回収日時 令和8年7月21日(火) 9時～11時半

◎回収場所 三潯町農業協同組合

カントリーエレベーター駐車場

※JA口座振替のみとなりますので、計量札に必ず口座名義・口座番号をあらかじめ記入してお持ちください。

※廃プラ類搬送時には、「書面携帯」および「車両の表示」が必要です。

【お問い合わせ先】

JAみづま特産課 ☎64-2213

資材課 ☎64-4373

久留米市三潯総合支所産業振興課 ☎64-2315

## 農業用廃プラスチック類の回収方法について

### 【A】農業用廃ビニール

※つづら折りにしてほぐさないように結束



### 【B】農業用廃ポリ

※つづら折りにしてほぐさないように結束



《農ポリ》

「農PO」、「ノーポリ」と記載があるもの

《マルチ》

「白・黒・ツイン・グリーン・シルバー」※シルバーは、只2年度からマルチで回収できます!!

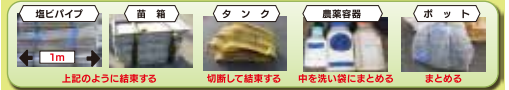
《肥料袋》

「肥料袋のみ(光沢のあるビニール素材)」※他の物を入れていない・積み目素材の場合は(C)その他になります

### 【C】農業用廃プラスチック類(その他)



・カンスイチューブ ・ブルーシート ・バオバオ ・寒冷紗 ・遮光ネット ・牧草シート ・空フロン  
 ・ネット ・網 ・サイロラップ ・苗箱 ・コンテナ ・アセシート ・農業ポリ(空) ・ポット、ポットトレイ  
 ・パッカー ・バンド ・パイプ ・アセ袋 ・タンク ・肥料袋(編み目素材) ・マイカ線...



※持ち込みの際は、種類別に分けて降ろしてください。回収日に混雑する恐れがあるので、荷降ろしがスムーズにできるよう持ち込みの準備として、積み込む際の分別、保管される場合の分別等を各自よくお願い致します。

持込み禁止：金属・木材・ガラス・一般家庭ゴミ・ビールケース・ゴム(ファンベルト、タイヤ類)・灯油、軽油等で使用したポリタンク

ご協力をお願い致します!

## ?? まちがいさがし

出題・イラスト：ゆきたけし

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を探しましょう。



### 6月号の答え



答え

- 2 …… 帽子が違う
- 3 …… 軽トラックの形が違う
- 6 …… ピンクのアジサイの一部がハートになっている
- 7 …… 男の子の服のボタンの数が違う
- 9 …… カエルの口の形が違う

## 数独

### 6月号の答え

6	2	4	3	9	8	7	5	1
1	5	3	6	2	7	4	9	8
9	8	7	4	5	1	3	2	6
8	1	6	5	4	3	9	7	2
5	3	2	8	7	9	1	6	4
7	4	9	2	1	6	8	3	5
2	7	8	1	3	5	6	4	9
3	6	5	9	8	4	2	1	7
4	9	1	7	6	2	5	8	3

答え

5

## 編集後記

「夏の夜はまだ宵ながら 明けぬるを 雲のいつこに 月宿らむ」(清原深養父・古今和歌集)

「夏の夜は短くて、まだ宵の口だと思っていたらもう夜が明けてしまった。月はどこへ隠れたのだろう」という風流な歌ですが、農業者だと少し事情が違います。「まだ寝たばかりだと思っていたのに、もう日が昇っている!私の睡眠時間は一体いつこに宿らむ……」と、早朝の涼しいうちに作業をすませようと布団を跳ね除ける毎日ではないでしょうか。今号は「夏野菜で楽しもう」特集をはじめ、イチゴの育苗や大豆播種など、暑さに負けずフル稼働する皆様の姿を追いました。短い夜の睡眠不足は、栄養満点の夏野菜(と、お昼寝)でカバーしつつ、本格的な夏を乗り切っていきましょう!(SA.)

JAみづま  
公式ホームページ

