



「姫の穂」おすすめパン



**めかぶクリームパン**  
¥140

海の幸めかぶとクリームパンの相性がバッチリ!



**玄米食パン**  
1斤 ¥400

玄米のつぶつぶとした食感がやみつきになります!



**大地のパン**  
¥135

JA女性部大豆テンペグループ秘伝の大豆あんをたっぷり使用!



釣川河口に面した新館

グランドオープン2日間の来店者は1800人に★

長い行列が続きました

オープニングセレモニー

## JAむなかた米粉パン工房「姫の穂」がオープン

～地産地消とむなかた産米の消費拡大へ～

2010年にオープンしたJAむなかた直営の米粉パン専門店「穂の香」。しっとりもちもちとした食感の米粉パンを提供して4年、おかげさまで地域の皆様から愛される店舗になりました。

そして2014年5月、九州一の売上を誇る「道の駅むなかた」の新館に米粉パン工房2号店「姫の穂」がオープンしました。「穂の香」「姫の穂」で使用する米粉は、すべて宗像・福津産。米粉80%（小麦グルテン20%含む）のパンは、生地にほのかな甘みがあり、腹もちがよいのが特徴です。店内にはクリームパンやあんパン、カレーパン、デニッシュや食パン、バーガーなど約80種類が並びます。地元産の食材を利用した安全・安心のおいしい米粉パンで地元産米の消費拡大と食料自給率の向上を旨とします。

## 米粉パン工房 姫の穂

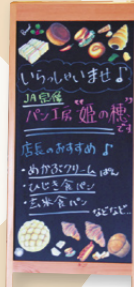
- 住所** 宗像市江口1172番地 (道の駅むなかた敷地内)
- TEL** 0940-34-6200
- 営業時間** 9時～17時(なくなり次第終了)
- 定休日** 道の駅むなかたに準じる 毎月第4日曜日 8/15～17、12/31～1/5

## 米粉パン工房「姫の穂」 製造スタッフ募集!!

- 勤務体系** ①フルタイム(週5日 8時間勤務) ②パートタイム(週3～5日 5時間勤務)
- 勤務時間** 6:00～16:00 シフト制
- 時給** 要面談・経験者優遇
- 待遇** 社会保険完備、交通費支給(当JA規定あり)、昇給制度あり、制服貸与
- 資格** 土日祝日働ける方、パン製造の経験がある方 ※すぐにも勤務できる方大歓迎!
- ★お問い合わせ…JAむなかた ふれあい生活課 ☎0940-36-2371(担当:内田)



新館2階は多目的スペース。オープンデッキから釣川、玄界灘の景色を楽しめます。



## むなかた産のお米&大豆使用 みそ作り体験募集

- ★1日コース★**
- 親子**
- 日時/8月1日(金) 1班10:00～/2班14:00～
- 場所/JAむなかた本店 JAホール2階加工室
- 対象/3才～小学6年生とその保護者
- 定員/先着15組30人 \*託児はありません
- 参加費/1,000円/組(みそ1.6kgお持ち帰り)
- 締切/7月25日(金)
- 一般**
- 日時/7月25日(金) 14:00～(1時間半程度)
- 場所/JAむなかた本店 JAホール2階加工室
- 対象/成人の男女
- 定員/先着30人 \*託児はありません
- 参加費/1,000円(みそ1.6kgお持ち帰り)
- 締切/7月11日(金)

- ★3日コース★** 本格的にチャレンジするコースです
- 日時/7月8日(火)～10日(木)
- ★1日目(7/8) 9:00～12:00
- ★2日目(7/9) 9:00～14:00
- ★3日目(7/10) 9:00～12:00
- 場所/JAむなかた本店 JAホール2階加工室
- 対象/成人の男女
- 定員/先着10人 \*託児はありません
- 参加費/2,000円(みそ4kgお持ち帰り)
- 締切/7月3日(木)

## 夏休みの思い出作りに 親子で料理しませんか?

- 親子料理教室**
  - 日時/8月5日(火)9:45～
  - 場所/JAむなかた本店 JAホール2階加工室
  - 対象/小学1年生～6年生とその保護者
  - 定員/先着12組24人 \*託児はありません
  - 参加費/1,000円/組(親子各1人)
  - 持参品/エプロン・三角巾
  - 締切/7月25日(金)
- 子供追加は +300円

## 親子で作る 米粉ピザ作り教室

- 日時/7月23日(水)10:00～
- 場所/ふくとびあ2階 調理実習室
- 対象/福津市にお住まいで 親子で参加できる方
- 定員/先着15組
- 講師/JAむなかたジュニア野菜ソムリエ
- 締切/7月17日(木)

【お問合せ・お申込み】 JAむなかた ふれあい生活課 ☎0940-36-2371

## JAむなかたマイカーローン

車の購入はもちろん、充実したカーライフを応援します

5年以内  
最軽減金利

**年1.0%** 固定金利保証料別

5年超  
最軽減金利

**年1.8%** 固定金利保証料別

※適用金利条件については各支店窓口にお問い合わせください

ローン仮審査受付サービス

事前審査

JAむなかたHPで仮審査受付中

JAむなかた 検索

【お問合せ・お申込み】 お近くのJA支店窓口へ

## プレゼントクイズ

正解者の中から抽選でJA共通商品券2,000円分を5名様にプレゼント!

【クイズ】大正末期に宗像市山田で栽培されていた花の名前は?

【応募方法】住所・氏名・年齢・電話番号、クイズの答、「すいとう」へのご感想などを書いてハガキまたはメールでご応募ください

【ハガキ】〒811-3436 宗像市東郷4丁目3-1 JAむなかた すいとう まで

【メール】kouhou@ja-munakata.or.jp

【応募締め切り】7月19日(土)(当日消印有効)

\*JAむなかたHP「ふれあいマガジン」からEメールでもご応募いただけます!

当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。個人情報厳重に管理し、賞品の発送以外の目的では使用しません。



\*「すいとう」…むなかたを好いとう!と 農業のシンボル・水稲に想いを込めました

## むなかた産 こだわり名鑑 vol.19

## ユリ

### 歴史あるむなかたのユリ栽培

むなかた地域のユリ栽培の歴史は古く、大正末期に現在の宗像市山田でテッポウユリ「むなかた」が栽培され、昭和2年ごろより切り花として出荷されたことに始まります。昭和36年には、山田地区を中心に14～15人が栽培していました。

昭和40年の産地拡大5カ年計画とともに産地としての動きが始まります。昭和41年にはテッポウユリ「ひのもと」を中心として関西市場へも共販出荷を開始しました。その後、玄海、津屋崎と産地は拡大、昭和49年には産地として周年出荷体制を確立しますが、その後、球根代の値上がりや暖房経費の高騰で生産者は減少していきました。

### 現在のJAむなかた管内では

\*「JAむなかた花卉部会」で栽培しているユリの品種は「オリエンタルハイブリッド」(白やピンク色、カサブランカが有名)、「スカシユリ」、「新てつぼう」、「L. A. ハイブリッド(テッポウユリとアジアテックの交配)」などです。球根はオランダやニュージーランド、チリから輸入しています。出荷期間は8月～翌6月と長く、2週間おきに植え付け、切れ目なく出荷が続くよう栽培しています。栽培期間は夏は50日、冬は80～90日ほどで、逆算して計画的に植え付けを行います。

同じ品種でも、夏と冬で管理の仕方が異なります。夏場は寒冷紗で陽射しから守るなどの工夫をして、繊細に温度管理を行っています。また適度な水分を維持することで病気にかからないように気をつけています。

\*JAむなかたの組合員で構成する組織



ほぼ2週間の間隔で植えられたユリ



花蕾がほんのりとした色づいたら出荷します



一本一本丁寧に出荷調整作業をします



花卉部会では先進地視察を行い高品質な花づくりに努めています

地域のみなさとJAむなかたを結ぶ「ふれあい通信」



### 食用や薬用にもなるユリ

日本では、ヤマユリ、コオユリ、オニユリの3種類が食用(ユリ根)として栽培されています。中国では、ユリの鱗片を乾燥させ、水で戻して炒め物、すりおろしてスープののりみ付けに使用します。

また、オニユリやハカタユリの球根は、百合(びやくごう)という生薬になります。滋養強壮、利尿、鎮咳などに効果があります。

### 宗像市の花「カノユリ」



花びらに濃紅色の斑点があり、鹿の子絞りに似ていることから「鹿の子百合」と名づけられました。開花時期は7月～8月頃。宗像市は日本でも数少ないカノユリの自生地であり、カノユリを市の花としています。現在、宗像市ではこの宗像固有種の増殖を行っています。

JAむなかたHPは営農やサービス、レシピなど、役立つ情報が満載です。

<http://www.ja-munakata.or.jp>

JAむなかた 検索



### JAむなかた 野菜ソムリエ 通信

JAむなかたでは  
4人のJr.野菜ソムリエが  
活躍中です

今夏旬の甘夏は  
ぐっすりした甘さで  
みずみずしく  
人気です



### Jr.野菜ソムリエおすすめ料理

## 甘夏とトマトのマリネ

甘夏にはビタミンCやクエン酸が豊富に含まれ、抗ストレス作用を持つ副腎皮質ホルモンの合成を促進したり、腸管での鉄の吸収率を高める働きもあります。クエン酸は体内の酸性物質を減少する効果や疲労回復などの効果が期待できます。

### 材料（4人分）

- 甘夏 …………… 1/2個
- トマト …………… 1個
- 甘夏果汁 …………… 大さじ1
- オリーブオイル …… 大さじ1
- 粒マスタード …… 小さじ1
- 塩 …………… 少々

### 作り方

- 1) 甘夏は皮を剥き、実を取り出し半分切る
- 2) トマトはおしりの部分に十字に切り込みを入れて、皮を湯剥きする
- 3) 甘夏、カットしたトマト、Aを和えて30分以上マリネする

### Jr.野菜ソムリエが教える 「甘夏の皮の活用術」

#### 入浴剤に！

甘夏の皮を陰干して乾燥させ、ネットに入れてお風呂に浮かべると血行促進され、体が温まります。美肌効果にも期待大！  
※お肌に合わない方のご使用はオススメできません

#### 電子レンジの ニオイ取りに！

皮を耐熱皿にのせ、電子レンジに入れて1分程加熱。電子レンジの扉を開けず30分ほどそのまま放置しておくともニオイが取れてすっきり！

#### 水回りのお掃除に！

水アカで曇ったシンクや蛇口の掃除に活用。皮の白い方で磨くとピカピカになります。

### 第11回「地産地消家の光料理コンテスト」優秀作品

## 和風キッシュ

### 材料（4人分）

- ベーコン …………… 1枚
- タマネギ …………… 1/2個
- ニンジン …………… 1/2個
- 青ネギ …………… 1本
- ショウガ …………… 1かけ
- ご飯 …………… 150g
- バター …………… 20g
- 青ジソ …………… 10枚
- 卵 …………… 3個
- 八丁みそ …… 小さじ4
- 砂糖 …………… 小さじ4
- 生クリーム …… 大さじ3~4

### 作り方

- 1) Aベーコンは2ミリ幅、タマネギは薄切り、ニンジンはちょう切り、ネギは小口切り、ショウガはせん切りにする。
- 2) 青ジソはみじん切りにする。Bをすべて容器に入れ、あわせておく。
- 3) フライパンにバターを10g入れ、(1)をすべて入れ、炒める。全体的にしんなりしてきたら、ごはんを入れ炒め、火を止める。
- 4) 卵3個を混ぜ、青ジソと(3)を混ぜ合わせる。
- 5) 小さめのフライパンに残りのバターをいれ、(4)をそっと流し入れ、ふたをして弱火で両面をじっくり焼く。
- 6) フライパンから(5)をあけて、4等分に切り分ける。血にもり、Bのソースをかける。

「家の光」は女性はもちろん、家族みんなで楽しく読める家庭の総合雑誌です。料理、健康、子育て、家庭園芸など「得する、役に立つ、元気になる」記事が満載！

★ご購入のお申し込みは…  
JAむなかたふれあい生活課 ☎0940-36-2371

## Let's 家庭菜園 夏休みに育てるオススメ野菜 パプリカ



赤パプリカのビタミンCやカロテンの含有量は緑ピーマンの2倍以上、ビタミンEは5倍の含有量です

### 1 土の準備

野菜用の土を購入して使用するか、培養土に石灰をまぜたものを利用します。

### 2 苗の植え付け

まずは丈夫な苗を購入します。莖が太くしっかりしたものを選びましょう。プランターに土を入れます。根が崩れないようにそっと苗をプランターに移します。土をそっと周りからかぶせて、水をたっぷりあげましょう。水は毎日たっぷりあげるのがコツです。

### 3 支柱立て

しばらくすると、枝が長く成長して折れやすくなります。支柱をして枝を固定しましょう。支柱は真ん中に1本だけではなく、周囲の枝も支えられるように株の周りにも3本ほど立てましょう。

### 4 わき芽かき・追肥

花が咲いたら花の下の茎と葉の間にでてくる「わき芽」は全て摘み取ります。はじめに咲いた花から3つすべて摘み取ります。最初の花に実がついてしまうと、養分を全て吸収されてそれ以降成長できなくなってしまいます。果実がゴルフボール大になったら、追肥をしましょう。(その後は2週間に1回程度)

### 5 収穫

花が咲いてから約2ヶ月で果実に色がつき収穫の時期を迎えます。果実全体の色が変わったら収穫できます。

## 「やりたい」ことを、ただがむしゃらに

福津市上西郷で農業を営む片岡永さん。「実家は兵庫県の呉服屋でした。農業に縁はなかったのに強くあこがれていましたね。一方で、作家になりたいという夢も持っていました」と、学生時代を振り返ります。

卒業後は業界新聞社に就職。仕事の傍ら同人誌「季刊午前」にも参加し、作品を発表していました。記者として働く毎日には、それなりに満足していました。それが、30代半ばで聴いた高木善之氏の講演をきっかけに、もうひとつの夢だった農業を志すようになります。就農までの計画を立て、42歳で17年間勤めた業界新聞社を退社、農家として歩き出しました。

「初めて出荷したのはアスパラ。自分の作ったものが商品として店頭で並ぶ嬉しさや売れた時の感動は今でも忘れられません」と目を輝かせます。「何もないところから始めた農業は苦労の連続でしたが、どんな仕事も大変であるなら、自分の好きなことをするのが一番ですから」

久しぶりに書きたいと思うきっかけになったのは、昨年手にとった小説。就農して11年目で農業も少しずつ軌道に乗り、精神的にも時間的にも余裕が出てきた頃でした。「百田尚樹の『海賊と呼ばれた男』と『永遠の0』は気がついたら一気に読み終わっていました。それまではもっぱら純文学が中心でしたので新鮮な世界で、久しぶりに書きたいという思いがむくむくとわき上がってきたんです」

片岡さんは昨年、ふたつの作品を発表。そのうちのひとつが「九州芸術祭文学賞」の福岡地区最優秀賞を受賞しました。「今年も作品を発表したいと思い、すでに構想はできています。構想を練るのは、農作業中や晩酌中などいろいろ。忘れてしまうこともあるのでメモはかかせません(笑)。今やりたいことを、やらなければならぬと思うことを、ただがむしゃらにやっていくことこそ充実した人生だと思えるんです」

\*九州芸術文学賞…(財)九州文化協会が九州・沖縄各県と3政令指定都市との共催で運営。優れた作品と若い才能を発掘している。



受賞作が収められた作品集



認定農業者としての食農活動



愛犬「クゥ」と一緒に

## 農家 片岡永さん

永香農園(福津市上西郷)



「九州芸術祭文学賞」の最終選考会では、作家の五木寛之さんや村田喜代子さんに作品に目を通してもらえるのも嬉しかったです

### 【おもな受賞歴】

- 1996年 「抒情文芸20周年記念文学賞」の小説部門(伊藤桂一選)で最優秀賞を受賞
- 1998年 「長塚節文学賞」の小説部門(海老沢泰久選)で優秀賞を受賞
- 1999年 「福岡市民文芸」の小説部門で文化芸術振興財団賞を受賞
- 2000年 「織田作之助賞」で最終候補
- 2005年 「毎日農業記録賞」で優秀賞を受賞
- 2006年 「地上文学賞」で佳作
- 2013年 「九州芸術祭文学賞」で福岡地区最優秀賞を受賞

## 知っとお？ 地元トリビア 宗像・福津のオモシロ雑学をご紹介!



## 宗像唯一の維新の志士、早川勇

### 薩長同盟の立役者のひとり

早川勇は天保3(1832)年7月23日、遠賀郡に生まれ、吉留の医師早川元瑞の養子となります。嘉永2(1850)年、藩医の板垣養永に従って江戸におもむき、儒学を学びました。

嘉永6年(1854)年、浦和にペリーが来航し、幕府に開国を求めたことをきっかけに、幕府のあわてぶりや世の中が騒然とする様子を目の当たりにした勇は、福岡に帰って勤王討幕の志士として活躍します。

倒幕を中心的にすすめていた薩摩藩の西郷隆盛、土佐藩の中岡慎太郎、長州藩の高杉晋作らと接触し、薩長同盟の基礎づくりに奔走しました。また、幕府に追われた公家の三条実美らに赤間宿に迎えてお世話をするなど、幕府をたおす運動の基礎づくりに力を注ぎました。ところが福岡藩の佐幕派は、勤王党の全滅を計画し、勇も幽閉されてしまいます。その間、討幕の世論はいよいよ高まってゆき、慶

## 早川勇顕彰碑

明治百年祭(昭和42年)に建立。宗像市の吉留バス停近くの広場に、こしに刀をさし、ちょんまげ姿で東の方を仰ぎ見る銅像が立っています。

所在地/宗像市武丸1002 県道29号線沿い



早川勇顕彰碑  
明治百年祭(昭和42年)に建立。宗像市の吉留バス停近くの広場に、こしに刀をさし、ちょんまげ姿で東の方を仰ぎ見る銅像が立っています。  
所在地/宗像市武丸1002 県道29号線沿い