

東美の里

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2016/No.436

1月号



 JA富里市公式
Facebookページ



 JA富里市

Contents

新年のごあいさつ	P 2
営農情報	P 5
お正月恒例クイズ&パズル	P 6・7
富里歌壇	P 9
新鮮食材で楽しくクッキング	P 12



新年のごあいさつ



代表理事組合長
根本 実

組合員の皆様には、輝かしい新年をお迎えのことと謹んでお慶びを申し上げます。

日頃よりJA事業運営に対しご理解とご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

昨年の国内経済は、海外景気の先行き不透明感や中国を中心とした新興国の景気減速により、国内の輸出産業や鉱工業生産などに影響を与え、企業の設備投資は慎重な姿勢を堅持し、個人消費も都市部を中心に前年並の推移が見受けられたものの、労働需給面では既に顕在化している人手不足（製造業・介護・運輸関連）が深刻化し、労働力の確保が困難となっている企業もある中、新たな事業展開への影響が懸念されています。

国内全体では、少子高齢化・人口減少に直面しており、国内市場は中長期的に縮小、食料需要も縮小する予測の中で、TPPによる新たな輸入の拡大は国内農業の縮小に直結し、農業者への影響が懸念されます。

昨年農協法改正が可決され、本年4月より改正農協法が施行となります。その中でJAは「農業者の所得の増大に最大限配慮しなければならない」ことが明記され、着実な実践と成果が求められています。

当JAは総合事業・組合員組織活動を活かし、地域農業振興5カ年計画（平成26年～平成30年）を着実に実践し、農業者の営農と暮らしを支え、地域社会への貢献に向けて取組んでいます。

指導事業は、食の「安全・安心」に向け、生産部組織を通じ、生産履歴記帳の徹底と食の安全に向けた啓発活動に取組み、消費者に信頼される産地を目指します。また、青年部・女性部活動、食育活動、組合員健康診断、税務指導、遊休農地対策に引き続き取組みます。

信用・共済事業では、地域に愛され信頼される金融総合機関を目指します。さらに近年は、突風・ゲリラ豪雨・大型台風による自然災害が多発しました。地域を支える存在として、総合的な保障提供に取組みます。

購買事業では、円安の影響で飼料・生産資材・食料品の価格が上昇傾向にある中、生産部組織と連携した予約共同購買と土壌診断による適正施肥を推し進め、農業生産資材のコスト低減に取組みます。

販売事業では、産地ブランドの強化と市場ニーズの需要に応えられる産地を目指し、オール千葉体制の取組みを推し進めます。少子・高齢化、女性の社会進出などに伴い、食の外部比率が年々高まる中、中食・外食の加工や業務用需要に対し、直販事業の販路拡大と市場販売の両輪で有利販売に取組みます。

産直事業では、快適で安全な店舗を目指し、施設整備に取組みました。今後も組合員・利用者の皆様にとってよりよい施設整備に取組みます。

組織・経営面では、「経営の健全性」「農協改革の実践」「組織の社会的責任」を果たし、組合員・地域社会との絆の強化に努め、皆様の負託に忘れてまいります。

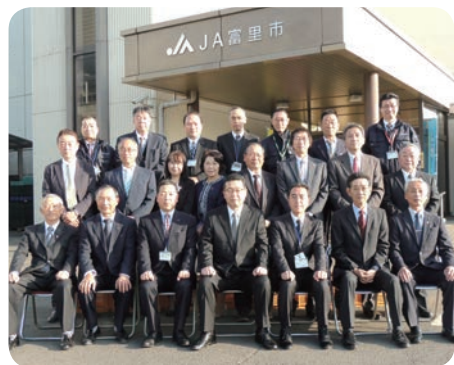
また、TPP対策についてJAグループは、昨年第27回JA全国大会（10月15日開催：NHKホール）で決議した「TPP対策運動の継続・強化に関する特別決議」の運動を引き続き展開してまいります。

本年も、JA富里市は「持続可能な地域農業」に向けて、役職員一丸となって邁進してまいりますので、組合員皆様のご協力とご指導をお願い申し上げます。

結びに、組合員皆様のご健勝とご繁栄をご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

謹 賀 新 年

平成二十八年 元旦



- 代表理事組合長 根本 実
- 常務理事 橋本 吉
- 常務理事 川嶋 治
- 理事 藤原 義
- 理事 藤原 茂
- 理事 松尾 榮
- 理事 田口 一
- 理事 高橋 弘
- 理事 岩澤 和
- 理事 小澤 桃
- 理事 津田 博
- 理事 小泉 嘉
- 理事 堀越 美
- 理事 松尾 勝
- 理事 秋元 忠
- 理事 布施 一
- 職員 同

2016 申年 年男・年女のみなさん



①氏名 ②年齢 ③職業 ④趣味 ⑤今年の抱負



- ①石橋 基
- ②83歳
- ③農業
- ④郷土史を知る事
- ⑤家族と健康に過ごす



- ①須田 歩
- ②11歳
- ③小学5年生
- ④スポーツ
- ⑤春の陸上大会で新記録を目指す

素晴らしい一年になりますように！



- ①津田乃梨子
- ②35歳
- ③農業
- ④ライブ鑑賞
- ⑤家族との時間を増やし、健康に過ごす



- ①鈴木 吟子
- ②59歳
- ③農業
- ④映画鑑賞
- ⑤頑張れる事をコツコツやっていく

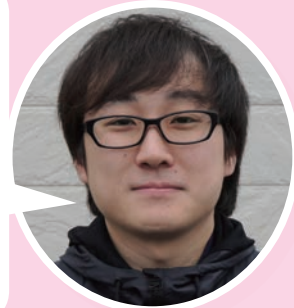


- ①江原トミ子
- ②72歳
- ③農業
- ④写真・ランチュウの飼育
- ⑤健康に気をつけて楽しく過ごす

- ①石橋 幸浩
- ②47歳
- ③農業
- ④ドライブ
- ⑤にぎやかな家庭にしたい



- ①若狭 啓太
- ②23歳
- ③医療ソーシャルワーカー
- ④野球観戦
- ⑤患者・家族様の言葉、気持ちに目・耳を傾け、支援できるように頑張ります



大田市場でニンジンPR



早朝の市場で

J A 富里市と J A 山武郡市、J A 千葉みらい（いんば地域本部）、J A かとり、J A 多古町の 5 J A は昨年 11 月 26 日（木）、東京青果（株）（東京都大田区）で、秋冬ニンジンの消費宣伝を行いました。

揃いのはっぴ姿で、「旬のおいしさ」、「鮮度の良さ」を実感してもらおうと各産地が連携し、PR をしました。

当 J A の根本実組合長は、産地代表として「今年の千葉県産ニンジンも自信を持っておすすめできる。たくさん消費してほしい。」と呼びかけました。

また、試食会では、5 J A 管内のニンジンを使ったスープやナムルを仲卸業者や量販店のバイヤーらに振舞いました。

川崎へ視察研修



勉強熱心な部員の方々

J A 直売部会は 11 月 16 日（月）、J A セレサ川崎で視察研修を行い、67 人が参加しました。

オープンしたばかりの直売所、セレサモス宮前店は、開放感のある広々とした店構え。新鮮野菜や加工品など様々な商品を販売していました。

参加者は、品揃えや陳列の仕方などを自店舗に活かすため、熱心に見て回っていました。

その後は、味の素川崎工場で、調味料の製造工程など見学し、充実した一日を過ごしました。

年末需要に向けて

J A は 12 月 8 日（火）、J A 会議室で八つ頭査定会を開き、生産者や市場関係者ら約 20 人が参加しました。

当日は、情勢報告や出荷規格等について確認し、現品査定を行いました。

縁起物としておせち料理に使われる八つ頭。市場の評価も高く、品質の良い富里産は、指定注文される機会も多くなっています。

販売担当者は、有利販売に繋げるために、計画的な出荷を生産者に呼びかけました。



市場も富里産に期待

軽トラがインパクト



軽トラもおめかし

産直センター 1 号店は 11 月 27 日（金）、「野菜市」を開催しました。

この催しは毎月行われ、荷台に野菜を満載した軽トラが、売り場を盛り上げています。

来店者は、目玉商品をカゴいっぱいに入れ、買い物を楽しんでいます。

次回は 1 月 29 日（金）に開催します。ぜひご来店下さい。



土づくり（緑肥）

良いこといっぱい！緑肥のメリット

- ① 土壌を被覆できる
夏の裸地・・・ゲリラ豪雨による土壌流亡を防止する。土壌中の有機物を消耗する。
冬の裸地・・・土ぼこり（表土の舞い上がり）を防止する。
- ② 有機物を還元する
養分の収奪で終わらない。有機物は土壌の物理性・化学性・生物性を向上させる。

具体的に・・・

- 物理性の改善 土壌の団粒化（土をフカフカに）、水ハゲ・保水力の改善
- 化学性の改善 肥持ちを良くする、ハウスの塩類障害対策、窒素固定、菌根菌の増加
- 生物性の改善 土壌微生物の多様化、土壌病害・センチュウの抑制
- その他の役割 景観美化（観光客誘致と町おこし）、環境保護（表土の流亡防止など）、雑草制御

センチュウ対抗植物の種類と効果 ○効果あり △やや効果あり ×増殖させる

分類	緑肥作物（商品名）	サツマイモネコブ	キタネコブ	キタネグサレ	緑肥作付けによる各種の効果
イネ科	エン麦（ハイオーツ、ニューオーツ）		○	○	物理性、化学性、生物性の改善
	ソルゴー（つちたろう）	○	○		物理性、化学性、生物性の改善
	ギニアグラス（ソイルクリーン）	○	○	△	物理性、生物性、生物性の改善
	ライ麦（ハルミドリ）			×	物理性、化学性、その他の役割
マメ科	クロタラリア（ネマコロリ）	○	△	×	物理性、化学性、その他の役割
	クローバ（クリムソクローバ）				化学性、その他の役割
	ヘアリーベッチ（まめっこ）				化学性、その他の役割
その他	シロカラシ（黄花のちから）				物理性、その他の役割
	チャガラシ（辛神）	△			物理性、化学性、生物性の改善、その他の役割
	ハゼリソウ、ヒマワリ				化学性の改善、その他の役割

※種苗メーカー資料参照

緑肥の導入に際して気を付けること

- ① 品種によって効果が異なります。
- ② 適期・適量播種からずれると、効果は薄れます。
- ③ 緑肥といえど、作物の一つです。どんな環境下でも育つわけではありません。
- ④ すき込みは着蕾期～開花始期に行いましょう。根にも有効成分はありますが、圧倒的に地上部にあります。
- ⑤ すき込み後の腐熟期間までを考慮して栽培体系に組み込みましょう。

平成28年度環境保全型農業直接支払交付金事業受付しております。

※JA富里市では、以下の内容で受けさせていただきます。

<支援の条件>

ちばエコ栽培（化学肥料・化学合成農薬の5割低減の取組み）と緑肥の作付けのセット

例）緑肥の作付け（8,000円/10a ※平成27年度）

<対象者> JA富里市生産部会の会員に限ります。

<注意事項> 緑肥の作付けは、前作後作問いませんが、必ず**緑肥の播種前**にご連絡下さい。なお、ご希望の方は、個別に対応させていただきますので、営農部営農指導課 藤崎（TEL：93-5652）までご相談下さい。

※上記は平成27年度事業内容を参考にしております。平成28年度の詳細は、平成28年4月に発表される為、内容に多少変更があるかもしれません。緑肥の作付け前に計画を提出する都合上、見込みで受付しますのでご了承下さい。

農薬登録情報（使用制限のかかるもの）

以下の農薬は、短期暴露評価に伴いまして、平成28年1月6日に使用制限となる登録の変更が予定されておりますのでご注意ください。

登録番号	農薬名（商品名）	農薬の種類名	製造者名
第17814号	サンマイトフロアブル	ピリダベン水和剤	日産化学工業（株）

【変更内容（今回の使用制限変更にかかっている部分のみ）】
作物名「トマト」、「ミニトマト」を削除する。

お正月恒例 クイズ&パズル

一年の始まりは恒例のクイズ&パズルから！
お正月にふさわしいおめでたいイラストでお届けします。
子どもからお年寄りまで楽しめること間違いなし！
家族みんなで挑戦してください。

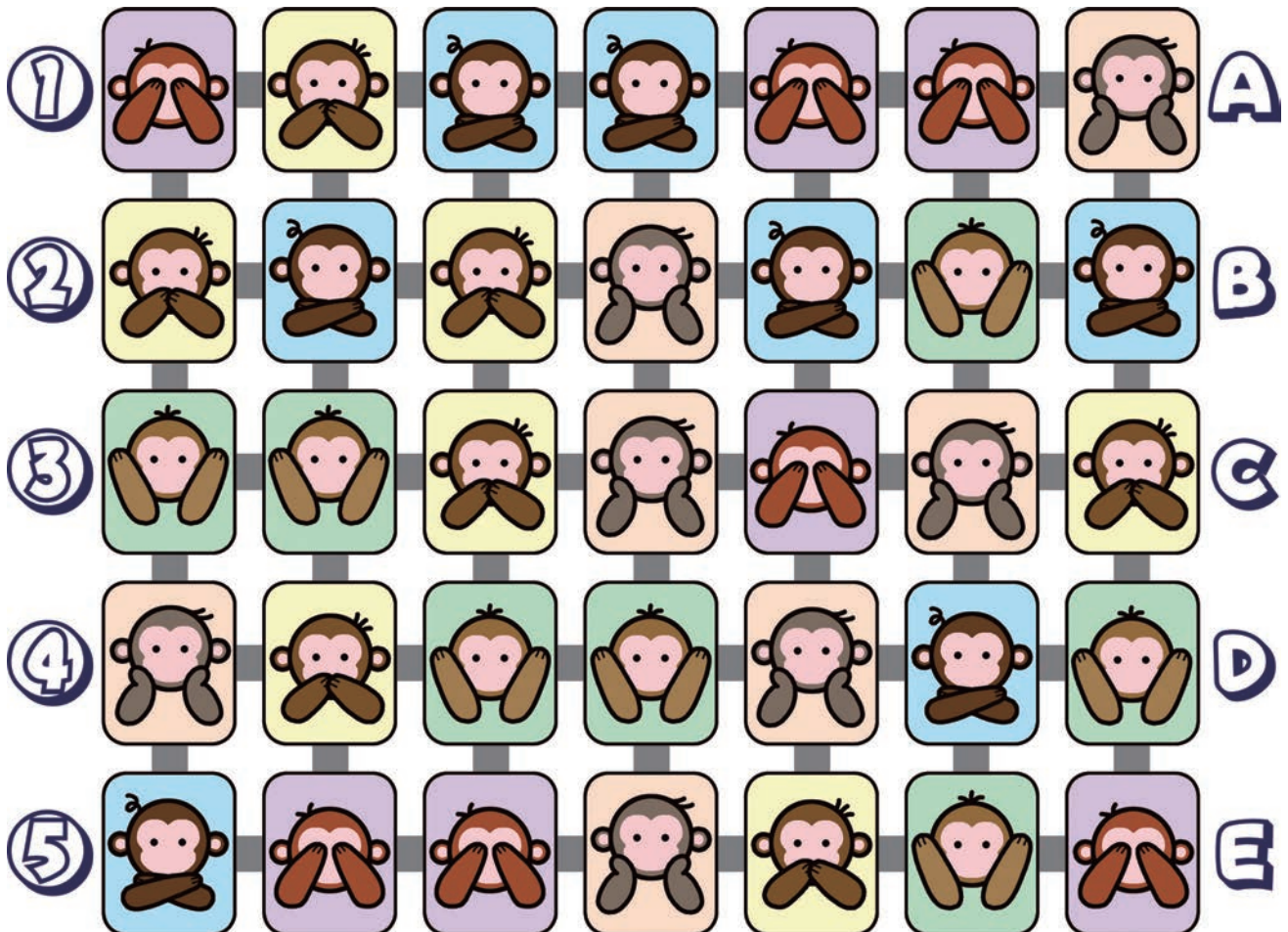
制作：ニコリ

おサルさんの迷路

左端の(1)～(5)のどれからスタートして、おサルさんの絵をつなぐ道をタテヨコに進み、右端のA～Eのどれかまで抜けましょう。斜めには進めません。また、一度通った場所を再び通ることはできません。ただし、5種類あるおサルさんの絵のうち、3種類の絵しか通れません。4種類以上を通過してはいけませんよ。

問題

正解の道は、どこからスタートしてどこにゴールするでしょうか？





お正月メイロ

「ふりだし」から「あがり」まで、12個の絵すべてを
通って抜けてください。一度通った所を再び通る
ことはできませんよ。

問題

だるまの絵はスタートから何番目に通ったで
しょう？

ただし、「ふりだし」は数に入れません。

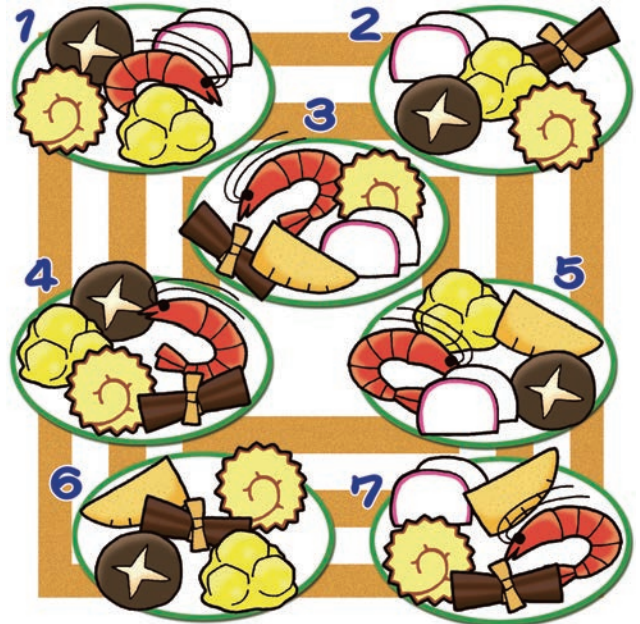
セイムセット

7種類のおせち料理から、5種類を選んでセットにし
ました。

7つあるセットのうち、同じ組み合わせが1組（2
セット）あります。それを見つけ出してください。

問題

同じ組み合わせのセットは何番と何番でし
ょうか？



答え

(4) からC



8番目



3番と7番



これにちは女性部です！

寄せ植えを行いました！

J A女性部では、12月9日（水）に花の寄せ植え（サークル活動）を行いました。初めての開催となった今回は、部員18人が参加しました。講師に、富里市で花の移植などのボランティア活動を行っている池田信江氏をお招きし、お正月らしい植物を使った寄せ植え作りを教えてくださいました。冬に花を咲かせるピオラや背丈が高いゴンフォスティグマ、葉牡丹やホウレン草に似た葉で、茎の部分がカラフルなスイスチャードなど、背丈や配色のバランスを考えながら植えていきました。参加した部員は、「同じ品種でも1本ごとに色の濃さや形が違う。」と話し、作成した寄せ植えを熱心に見比べ、自分の出来栄を確認していました。葉牡丹は、寒さにあたることによって色づくため、完成した寄せ植えは、玄関先などの日当たりのいい屋外に飾るとよいそうです。農協の玄関前にも飾ってありますので、お越しの際には是非ご覧ください。

今後の予定 ～行事～

味噌作り

日 時：平成28年1月29日（金） 午後1時半～

場 所：富里市農林業センター

費 用：1,000円

持ち物：エプロン、三角巾、すりこ木棒、タッパーやジップロック

※味噌は、一人当たり約4kgを作ります。



第8回女性部通常総会

日 時：平成28年2月5日（金）午後5時～

場 所：ANAクラウンプラザホテル成田

※お問い合わせ・お申し込みは、女性部事務局 石橋・藤崎（TEL：93-5652）までご連絡下さい。



みんなであらう わたしたちのJA

JAあげて国民理解を深めよう

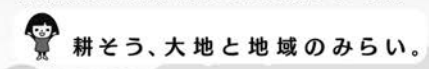
一連の農協改革論議のなか、第27回JA全国大会決議が行われました。JAが「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」として、一般公募で決めた新たなキャッチフレーズの活用などの広報活動を通じ、組合員のほか約1000万人いる地域住民にJAグループがめざす方向や取り組みの内容を正しく知ってもらう取り組みが重要です。

（監修 龍谷大学農学部教授・石田正昭）



キーワード解説 耕そう、大地と地域のみらい。

新しいキャッチフレーズは、農業者の所得増大に全力投球する「耕そう」と、持続可能な農業や地域振興を目指す「みらい」を表現しています。



富里歌壇

花乏しき庭にひとさわ盛んなる八つ手の緑その花の白

黒田 照子

粟作りを半ばに去りし燕はいつくの軒かと思ひ馳せたり

立花 法子

とりどりの花の明るさ春すぎて紅に染まるる秋も華やか

秋葉 清子

雨傘のみみじの枝に触れさしかもらいきたれるあまたの紅黄

中川 キヨ子

様変わりする参道の右左かつての町並おもいつ歩む

鳴田 きよ

棄てられてまだ瑞瑞しい式部の実さざ波光る朝の印旛沼

坂口 法子

丈ひくき黄菊咲きみて百年の芥川莊陽さしあまねき

古川 芳子

未知すこし残りてあればこの旦おもひつかりの深呼吸する

古川 芳子

とみさと短歌会

JA富里市直通電話番号一覧表

営 農 部 (販売・指導)	TEL	0476-93-5652	FAX	0476-92-0225
購 買 生 活 課 (購買店舗)	TEL	0476-93-1911	FAX	0476-92-4832
購 買 生 活 課 (生活事業)	TEL	0476-93-5651	FAX	0476-92-0225
金 融 部 (金融・共済)	TEL	0476-93-2112	FAX	0476-92-5819
機 械 セ ン タ ー	TEL	0476-93-8683	FAX	0476-93-8481
産直センター1号店	TEL	0476-91-0520	FAX	0476-91-0521
産直センター2号店	TEL	0476-90-3331	FAX	0476-90-3332
総 務 部	TEL	0476-93-2111	FAX	0476-92-5819

※緊急事故連絡先(夜間・休日) TEL 0120-258-931・葬祭等 TEL 0476-92-0983

◎間違い電話により、ご迷惑を被っている方がいらっしゃいます。番号をよくお確かめの上、おかけ下さい。

☆☆☆☆☆☆ 2月のあなたの運勢 ☆☆☆☆☆☆

山羊座

【全体運】リラックス気分で過ごせましょう。やるべき作業を早めに片付けたら、趣味や好きなことに打ち込むと成果が
 【健康運】正しい姿勢を身に付け、体調アップを
 【幸運を呼ぶ食べ物】 イイダコ

水瓶座

【全体運】自己主張に最適な星回り。やってみたいことがあれば、意欲的に挑戦を。思い付いた計画の実行も好結果に
 【健康運】生活リズムを整えると元気に過ごせそう
 【幸運を呼ぶ食べ物】 ワカサギ

魚座

【全体運】急に大きなことをしようと思わず、地道な努力をキープして。人に親切にするのも運氣上昇のきっかけになります
 【健康運】体にいいことを始めて。効果は期待大
 【幸運を呼ぶ食べ物】 ヤマノイモ

天秤座

【全体運】レジャー運が華やぐ兆し。気の合う仲間とにぎやかに過ごして。共通の趣味や楽しみを持つ人たちの交流も大吉
 【健康運】乾燥防止やうがいに努め、喉をいたわって
 【幸運を呼ぶ食べ物】 おから

蠍座

【全体運】感情的になり、つまらないことで腹を立てがち。意識的に笑みを心掛けて。問題解決には日記を読み返すと有益
 【健康運】疲労が蓄積気味。適度な休息を忘れず
 【幸運を呼ぶ食べ物】 アサリ

射手座

【全体運】知的好奇心を刺激され、いろいろと知りたくなりそう。でも、手を広げ過ぎず、何か一つに絞るのが成功の鍵
 【健康運】夜ふかし注意。早寝早起きが健康の基本
 【幸運を呼ぶ食べ物】 タイ

蟹座

【全体運】やたらと他人を詮索して、運氣低下を招く結果に。人は人、自分は自分と割り切りましょう。鏡を磨くと幸運が
 【健康運】スポーツに熱中するとリフレッシュ可能
 【幸運を呼ぶ食べ物】 ハツサク

獅子座

【全体運】優柔不断になりやすい月。決められないときは頼れる人に助言をもらい、参考にして。やる気回復には音楽鑑賞を
 【健康運】胃腸ケアが大事。消化の良い物を食べて
 【幸運を呼ぶ食べ物】 のり

乙女座

【全体運】神経質になりやすい時期。物事を深刻に受け止めず、気楽に構えるのが正解です。笑いやユーモアが開運の秘訣(ひけつ)
 【健康運】軽いストレッチなどで体をほぐすと◎
 【幸運を呼ぶ食べ物】 ナバナ

牡羊座

【全体運】自分が思った通りに動くことで、運をつかめそう。直感やひらめきを大切に。気力アップには深呼吸が効果的
 【健康運】運動不足の解消が健康に過ごすポイント
 【幸運を呼ぶ食べ物】 カラシナ

牡牛座

【全体運】ストレスをため込みやすい暗示。背伸びせず、自分らしさを忘れないで。気分転換には自然に触れるのがベスト
 【健康運】スキンケアに力を入れて。体調に好影響
 【幸運を呼ぶ食べ物】 ダイコン

双子座

【全体運】行動力が高まりアクティブに動き回れるはず。過去に駄目だったことにも再トライ可能。攻めの姿勢にツキ
 【健康運】健康法に凝り過ぎそう。気にし過ぎは×
 【幸運を呼ぶ食べ物】 シジミ

9,026 億円

平成25年度の
農産物直売所販売額

数字で知る食

世界と日本の食

農産物直売所の販売金額と従事者数の推移

出典:農林水産省「6次産業化総合調査」

農家が農産物を直接販売する農産物直売所の販売額は9,026億円(平成25年度、農林水産省「6次産業化総合調査」)です。23年度に野菜の価格低下や東日本大震災の影響などで一時的に減少しましたが、ここ2,3年で1,000億円ほど伸びています。また、そこで働く従事者数も増加傾向にあり、地域の雇用創出にも貢献しています。

JA全中の調査では、JAの直売所・JAファーマーズマーケットは全国に約1,700店舗あります。農畜産物販売のほか、レストランや市民農園などを併設する店舗も増えています。農業体験や料理教室、収穫祭などのイベントも開催し、交流の場としての役割も担っています。また、出荷量が少なくても販売できるため、小規模農家や高齢農家の所得確保や生きがいづくりにも役立っています。

(監修=東京大学大学院農学生命科学研究科教授・中嶋康博)

JAファーマーズマーケットは農家と消費者の交流の場になっているんだね



今月の表紙

かがやけ未来の後継者

富里市十倉(三区地区)

内 山 照 基 くん (2歳1ヶ月)

今回は三区地区の内山さんのお宅に伺いました。

照基くんは乗り物が好きで、農業機械の運転席に座りハンドルを握るのが大好き。特にお気に入りが表紙にもあるフォークリフト。撮影時も見事なハンドルさばきを披露してくれました。

最近自分専用のMyマイクを持って、歌ったり踊ったりものまねがとても上手になったそうです。

好きな食べ物は、果物と人参。庭になっているみかんを大事に抱える照基くんでした。

ご両親は、2歳になりやんちゃになってきましたが、元気で明るくみんなを笑顔にするような優しい人に育ててほしいと話していました。

【父：弘章さん】 【母：恭子さん】



※ 東美の里では表紙に出てくださいるお子さんを募集しています。詳しくは、広報担当者までご連絡ください。(一部条件あり)

私たちが皆様のお宅を訪問します！

金融営業課の私たちは、「ひと・いえ・くるま」の総合保障や、貯金・融資のご相談をお受けし、皆様の生活をサポートするお手伝いをしています。新しい地区担当をご紹介します。どうぞお気軽にお声かけ下さい！



根本 賢明

七栄第三・七栄中央
獅子穴・二区・旭
「様々な情報を皆様にお届けします。」



小野沢 龍洋

末広・旧平・葉山
双葉・三区
「組合員様のお役に立ちます！お任せ下さい。」



黒崎 康志

久能・久能新田・実の口
二区・十倉
「皆様の立場になって、お役に立てる情報をお届けします！」



木川 貴弘

七栄第一・七栄第二
大堀・金堀・木戸前
「皆様のお役に立てるよう頑張ります。」



伊藤 崇弘

日吉倉・日吉倉新田
中沢西部・立沢・武州
「本年もよろしくお願します。」



大木 沙織

新橋・太木・高松
吉川・宮内
「皆様のお役に立てるよう情報を笑顔でお届けします！」



稲垣 和樹

大和・大和台・高松入
二重堀・四区・両国
「共済・貯金・融資などお気軽にご相談下さい。」



伊藤 稔

根木名・根木名新田
中沢東部・高野・三区
「共済課での経験を活かし皆様のために頑張ります！」

お問い合わせは、金融営業課へ
TEL 0476-93-2112



金融営業課長 三橋 修
「お気軽にご相談下さい。」



料理研究家 波多野充子

1食当たり約 306kcal

たっぷりダイコンの寄せ鍋



ピーラーでスライスしたダイコンをたっぷりいただきます。最初から煮ると甘くてトロトロ、最後に加えるとシャキシャキとみずみずしいダイコンを楽しめます。締めはおいしいおだしにうどんを入れるのもお勧めです。

材料(2人分)

ダイコン……………1/2本
 ニンジン……………1/3本
 水菜……………1/2束
 マイタケ……………1パック
 ネギ……………1本
 豆腐……………1丁
 油揚げ……………1枚

タラ……………2切れ
 ユズの皮……………少々
 だし汁……………700ml
調味料
 酒……………大さじ2
 しょうゆ……………大さじ5
 みりん……………大さじ1
 塩……………小さじ1

作り方

- (1) ダイコンとニンジンは皮むき器で、長めにスライス。水菜、マイタケ、ネギ、豆腐は食べやすい大きさに切る。油揚げは熱湯を掛けて油抜き後、短冊切りにする。タラは3～4切れにする。
- (2) ユズの皮は千切りにする。
- (3) 土鍋にだし汁と調味料を入れ煮立たせた後(1)を加え、火が通ったら火を止め、ユズの皮を添える。お好みで仕上げにごま油を少量加えると、違った風味を楽しめます。※ダイコンはお好みのタイミングで入れる。



米粉のイタリアンチヂミ

1食当たり約 275kcal



米粉は小麦粉に比べて油を吸収しにくく、グルテンが入っていないのでダマになりません。チヂミ、お好み焼き、天ぷらの衣などに使うと中がもちもち、外はカリッと仕上がります。食べたいときにすぐ作れるので、お好みの具材をアレンジしておやつにもどうぞ。

材料(20cmのフライパン 2枚分)

生地
 米粉……………80g
 かたくり粉……………20g
 塩……………小さじ1/2
 卵……………1個
 水……………適量
 ノンオイルツナ缶……………1缶(70g)
 ホールコーン……………70g

ミニトマト……………40g
 ニラ……………3本
 溶けるチーズ……………30g
 ごま油……………大さじ1
たれ
 酢……………大さじ1
 しょうゆ……………大さじ1
 蜂蜜……………小さじ1/2
 いりごま……………小さじ1

作り方

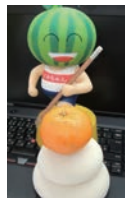
- (1) ツナとコーンは水分を切る。ミニトマトは輪切りに。ニラは2～3cmに切る。たれの材料を合わせる。
- (2) 卵に水を加え、1カップ分にする。生地の材料をボウルに入れ、よく混ぜ合わせてからツナ、コーン、ミニトマト、ニラ、チーズを加え混ぜる。
- (3) フライパンにごま油を温め(2)の半量を入れ、中火で全体が固まり焼き色が付いたら裏返し、フライパンを回しながら両面を焼く。
- (4) 食べやすい大きさに切り、皿に盛り付け、たれを付けていただく。

11月末の事業実績

	11月30日現在
貯金残高	20,062,450千円
貸出金残高	6,261,727千円
長期共済保有高	97,230,550千円
販売品販売高	6,586,424千円
直売所売上高	617,188千円
購買品供給高	1,521,879千円
出資金	575,597千円
組合員数	2,952人
	(正組合員：1,776人／
	准組合員：1,176人)

出資金名義、組合員資格等の変更が生じた場合、総務課までご連絡ください。

あけましておめでとうございます。昨年は取材などのご協力、ありがとうございました。本年も皆様に楽しみにしていただける広報誌を目指し、頑張っていきたいと思っております。
 (玉)



編集後記

1. JA全国監査機構 財務諸表等監査期中改善指示書について
2. 販売業務規程の一部変更について
3. 出資口数の減少について
4. JA全国監査機構 財務諸表等監査期中改善指示書について
5. 販売業務規程の一部変更について
6. 出資口数の減少について
7. JA全国監査機構 財務諸表等監査期中改善指示書について

1. 平成28年度事業計画策定について
2. 平成28年度内部監査計画について
3. 平成28年度コンプライアンス・プログラムの設定について
4. ストレスチェック制度実施規程の制定について
5. JA全国監査機構 財務諸表等監査期中改善指示書について
6. 販売業務規程の一部変更について
7. 出資口数の減少について

理事会メモ

平成27年12月25日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。