

# 東美の里

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2016/No.442

## 7月号



 JA富里市公式  
Facebookページ



 JA富里市

### Contents

すいかまつり開催	P 2
営農情報	P 4
特集「スイカロードレース大会」	P 6・7
富里歌壇	P 9
新鮮食材で楽しくクッキング	P 12





# 今年のスイカも甘いぞ！ すいかまつり開催



試食コーナーに長蛇の列



スイカ早食い競争の子ども達



千葉県知事賞を受賞した橋本さん

第43回富里市すいかまつりが6月19日(日)、中央公民館前駐車場で開催されました。

富里の特産「スイカ」をPRするこのイベントで、一番人気の試食コーナーでは、富里スイカを思う存分味わおうと、市内外からたくさんの人が詰め掛け、長い行列ができました。

また、地元の農畜産物や加工品、グルメ屋台も数多く出店し、会場を盛り上げていました。

スイカの早食い競争では、子ども達が大きな口で必死にスイカをほお張っていました。

J A青年部は、スイカが当たるスイカくじを行い、来場者と賑やかに交流を図っていました。

J A職員は、顔や手にスイカを描くペインティングを行い、地域の子ども達と触れ合いました。

前日には、生産者が自慢のスイカを競い合う「すいか共進会」が行われ、各賞が決定しました。

154点の出品の中、結果は以下の通りとなりました。



青年部のスイカくじ



ペイントをする子ども達



154点のスイカを審査

## 【すいか共進会 特別賞受賞者】

特 別 賞	品目(品種)	氏 名	地 区
千葉県知事賞	味きらら	橋本 芳夫	七栄第一
富里市長賞	味きらら	篠原 まつ江 立沢	
富里市農業協同組合代表理事組合長賞	味きらら	伊藤 博道 旭	
富里市議会議長賞	味きらら	秋葉 博之 高野	
富里市農業委員会会長賞	味きらら	並木 伸広 十倉	
千葉県印旛農業事務所長賞	紅大	津田 壮一郎 七栄第一	
千葉県農林総合研究センター長賞	朝ひかりSR	高知尾 和男 二区	
印旛地域農林業振興普及協議会会長賞	縞無双H	越川 照代 実の口	
イトーヨーカドー成田店長賞			
公益社団法人 千葉県園芸協会会長賞	味きらら	岩澤 武光 旭	
セブンファーム富里代表取締役賞			
丸朝園芸農業協同組合代表理事組合長賞	紅大将	小林 俊之 三区	
北総農業共済組合組合長理事賞			
富里市商工会会長賞	紅大	石井 康平 大堀	
成田国際空港(株)代表取締役社長賞(重いで賞 18・1kg)			

(敬称略)



### ブラックジャックに期待

マスコミも取材に

J A 西瓜部会は 6 月 17 日(金)、J A 会  
議室でブラックジャックスイカの見  
揃い会を開き、32 人が参加しました。  
ブラックジャックは、皮にスイカ  
特有のしま模様がなく、漆黒のよう  
な黒色で見た目のインパクトも強く、  
しかも種なしが特徴。栽培の面では  
暑さに強く、夏でも安定した収穫が  
見込めます。

同部会の杉本好一部会長は「この  
品種は 7 月でも糖度・肉質ともに安  
定している。富里スイカ後半戦の主  
役となる可能性がある品種だ。」と  
力を込めて話しました。

出荷は 7 月中旬まで続き、3 万ケー  
ス、販売高 1 億円を目指しています。

### スイカを研究!



「見て、すごいよ!」と観察する児童達

日吉台小学校の 3 年生 67 人が、6  
月 10 日(金)、社会科・総合学習の授業  
で、木戸前地区の麻生茂夫さんのス  
イカ畑を訪れました。

この日は麻生さんと共に、J A 職  
員も先生役として参加しました。

梅雨晴れの空の下、児童達は先生  
にたくさん質問をし、自分の住む町  
の特産物であるスイカについて学び  
ました。

また、畑の見学では、蔓になって  
いるスイカや摘果したスイカを珍し  
そうに手に取り、熱心に観察する姿  
が見られました。



観戦前に富里スイカをPR

富里市と J A 富里市は 6 月 11 日(土)、  
千葉ロッテマリーンズのホームグラ  
ウンド・QVC マリンフィールド(千  
葉市)で、来場者に向けた「富里ス  
イカ」の P R イベントを行いました。  
J A は約 1, 0 0 0 切れのカット  
スイカを用意し、球場前のテントで  
販売しました。スイカを食べた来場  
者は「甘くておいしい! もっと食べ  
たい」と笑顔でほお張っていました。  
用意したスイカはわずか 3 時間で  
完売し、たくさんの人で賑わった P  
R となりました。



### 大型バスで買い物ツアー

いざ産直センターへ

産直センター 1 号店に 6 月 19 日(日)、  
すいかまつりに合わせ、クラブツー  
リズム(株)のツアー客 1 0 4 人が大型  
バス 4 台で訪れました。

スイカの食べ放題やカブの収穫体  
験、地元の食材を使用した豚汁の無  
料配布、野菜の詰め放題など盛りだ  
くさんのツアー内容。「富里のスイ  
カは甘くておいしいね!」と皆さん  
喜んでいました。

産直センターでは、旬のスイカや  
みずみずしい野菜の買い物を楽しみ、  
富里の旬を満喫できるツアー内容と  
なりました。

# 平成28年度JA富里市人参部春人参品種試験結果について

**目 的**：品種ごとの作りやすさ、耐寒性、作業性、収量性、秀品率等を確認し、次年度に向けて品種の集約化、品質の統一化を検討するため

**試験期間**：1月27日～5月23日、2月18日～6月18日

**試験委託**：人参部役員1名

**試験場所**：JA 富里市管内圃場

**調査面積**：各品種 1m×2カ所

	品種名	種苗会社名	播種日		調査結果
			1月27日	2月18日	
試験品種	紅ひなた	住化農業資材	○	○	・露地栽培では、根部長くなる傾向がある ・岐根の発生が多くみられた ・発芽率が低く、1月播き・2月播きともに60%台だった
	紅うらら	住化農業資材	○	○	・2月播きではシミ症の発生が見られた ・他品種に比べて、肥大性がよい
	敬紅	住化農業資材	○	○	・1月播きでは発芽率が最も低く、50%以下だった
	TCH-711	タキイ種苗	○		・根長が最も長く、細長い形状だった ・葉重が最も重く、地上部が旺盛
	TCH-712	タキイ種苗	○		・根長が長く、細長い形状だった
	TCH-742	タキイ種苗		○	・抽苔の発生が多くみられた ・岐根の発生が多くみられた
	TCH-755	タキイ種苗		○	・根長はよいが、晩生のため肥大不足だった ・岐根の発生が多くみられた ・発芽率が90%以上と、最も高かった
慣行品種	愛紅	住化農業資材	○	○	・発芽率が低く、50%台だった ・曲がりの発生がみられた
	FSC-015	フジイシード	○	○	・他品種に比べて短根だった ・2月播きではシミ症の発生が見られた

《慣行品種》

《試験品種》



FSC-015

紅ひなた

紅うらら

TCH-755

**考 察**：品種試験を実施した結果、1月下旬播き（生育日数117日）では、慣行品種と比較して「紅ひなた」「紅うらら」がA品率、LM率とも同等か、やや高い傾向だった。また、「TCH711」も根形が細長い傾向が見られたものの、A品率、LM率は高い傾向だった。

2月中旬播き（生育日数112日）でも、「紅ひなた」「紅うらら」が比較的秀品率が高く、「FSC-015」は、やや収穫遅れ気味となりシミ症がみられた。「TCH755」は根形が揃い、A品率も高めだったが、やや晩生で肥大が遅い傾向が見られた。

1月播きでは、慣行品種の「FSC-015」「愛紅」と、試験品種の「紅ひなた」「紅うらら」が、2月播きでも、「愛紅」と、「紅ひなた」「紅うらら」が良い結果だった。一方で、「TCH711」「TCH755」もある程度の成績であった。春人参の根形や長さなどは気象条件の影響を大きく受けるため、本年のみの結果では、有望品種を決定するのは難しい。今後も試験を継続して、播種時期と生育日数の関係や、シミ症等の発生も考慮して検討していく。

JA 富里市営農部営農指導課 石橋千穂



### こんにちは女性部です！

6月9日（木）、富里市立浩養小学校の6年生5人と地元サークル「いきいきサロン」の皆さんと一緒にすいとん作りを行いました。女性部からは、高松入地区の小澤和子さんと金堀地区の萩原春代さんが参加し、富里産のコマツナとネギを提供しました。

参加した児童は、慎重に小麦粉と水を混ぜ合わせてすいとんを作ったり、野菜の切り方を教えてもらいながら楽しそうに調理していました。

児童は「にぼしからダシを取って食べたのは初めてだ。」とおもしろそうに食べていました。3班に分かれて作ったすいとんを食べ比べた児童は、「どれもおいしい」と話し、大成功のすいとん作りとなりました。



#### ～今後の予定～

#### 『趣味・文化の活動』

内 容：手拭い・タオル帽子作り

日 時：平成28年8月22日（月） 午後7時半～

場 所：JA 富里市2階 中会議室

参加費：なし

持ち物：手拭い、フェイスタオル（各1枚）、裁縫道具

申込締切日：平成28年8月17日（水）

部員の皆様には、事前に案内文書を送付しております。同封の申込用紙に必要事項をご記入のうえ、営農指導課（石橋・藤崎）までお申込み下さい。FAX（92-0225）でも受付致します。



#### JA 女性部では、新規加入者を募集しています。

\*対象者：JA 富里市 正組合員および家族の方（70歳まで）

\*年会費：1,000円

お気軽にご連絡下さい！お問合わせ・お申込みは事務局（TEL：93-5652）までお願いします。

## いつでもどこでも、みんなのJA

（監修＝広島大学 助教 小林元）

**JAまつりで地域の豊かさを実感**  
多くのJAでは毎秋、JAまつり（農業祭）を開いています。農家が1年間元気に農作業を続けられたことや、豊かな美りに感謝するためです。地元産の新鮮な農畜産物の販売などで農家と住民との交流を促し、地域の農業や文化などへの理解を深めてもらう機会になっています。



耕そう、大地と地域のみらい。



富里スイカロードレース大会実行委員会は6月26日(日)、第33回富里スイカロードレース大会を開催しました。2015全国ランニング大会100選にも認定され、ますます人気のこの大会。全国各地から約13,000人のランナーが参加し、「富里スイカ」を思う存分満喫しました。





特 集



「スイカめっちゃうまいっす！」



手作りの衣装がお似合い



スイカの甘さに思わず笑顔



スイカの帽子でスイカをがぶり



富里スイカの箱をアレンジ!



タイから参加の白鳥さん

今年も「富里スイカ」を目当てに全国各地から数多くのランナーが集まりました。

大会名物「給スイカ所」では、みずみずしい切りたてのスイカがたくさん用意され、走りながらかぶりつくランナーや、立ち止まってゆっくり味わうランナーと様々どの人も「甘い!」「おいしい!」と笑顔でほお張っていました。

レースは、3km(小・中学生男女)・5km(一般・40歳以上男女)・10km(一般・40歳以上男女)の3コース12部門で行われ、ランナーは緑豊かな富里を走り抜けました。

また、10km一般の部では、当JA根本実組合長がスターターを務め、大会を盛り上げました。

おいしいスイカが食べ放題とだけあって、参加者はこのイベントを思いっきり楽しもうという気持ちがいっぱい。スイカを1玉分近く食べる人や、手作りのスイカ模様のウエアや帽子、フェイスペイントをする人、工夫を凝らしたかぶり物をする人。皆が初夏の一大イベントを存分に楽しんでいました。

この大会で用意されたスイカは、およそ3000玉。JA西瓜部の皆さんも、会場内などの試食コーナーでスイカをカットし、参加者や応援に駆け付けた人に振る舞いました。

JA職員は、各スイカ直売所で「富里スイカ」のPRをし、たくさんの方の来場者で賑わいました。この日一日で、宅配も含め約2,000ケースのスイカ(2玉換算)を販売することができました。

スイカの街富里に、参加者を含め約3万人が押し寄せたスイカロードレース大会。「富里スイカ」を通じて、多くの人がつながり、笑顔であふれた一日となりました。



「春のだんらん」の萩原農場さん



「味きらら」の大和農園さんも参加



早朝から西瓜部の皆さんも



給スイカ所のボランティアさん

## 平成29年度新採用職員募集のお知らせ

【採用予定人数】 若干名

【職 種】 J A 業務（農産物の販売、農業資材等の購買、金融、共済等）

【応募資格】

◇大学・短大・専門学校の平成29年3月卒業見込み者及び卒業後2年以内の者

（富里市在住の方か、近隣市町村在住の方に限らせていただきます。）

◇普通自動車運転免許

【応募方法】

下記書類を当JAへ持参、もしくは郵送して下さい。

①履歴書（本人自筆、最近3カ月以内に撮影した写真を貼ったもの）

②成績証明書

③卒業（見込み）証明書

④健康診断書（2次選考の際提出要求）

※何れも取得後3カ月以内のもの1通

⑤作文：テーマ『自分の目標』400字詰原稿用紙（3枚から4枚程度）

【募集期間】 平成28年7月1日(金)から平成28年7月29日(金)

【選考方法】

◆第1次選考 書類審査：平成28年8月5日(金)

◆第2次選考 筆記・面接：平成28年8月23日(火)

筆記試験（一般教養：公務員試験初級程度）

【お問い合わせ及び書類提出先】

J A 富里市総務部 総務課 担当：川松・相川

〒286-0221 千葉県富里市七栄652-225 TEL:0476-93-2111

## 【直販開発課からお願い】

### サンコーのレンタルコンテナ及び レンタルパレットの取扱について

#### ◆コンテナ・パレットの貸出について◆

①貸出時間を設けます。

平日・土日祝日ともに 8:30～17:00

（上記以外の時間は、職員に連絡を頂き、職員立会いのもと引渡しを行います。）

②コンテナは、職員に申請をしてからお持ち帰り下さい。

（数量を管理するため、帳票にて一覧を提示致します。）

③レンタルパレットでのコンテナ引取は、禁止致します。

（パレット引取希望の方は、前日までにお申し出頂ければ、職員で積替えます。）

④すべて中央集荷場での貸し出しとなります。

（管理の都合上、春人参、とうもろこし用のコンテナも、中央集荷場で一括管理。）

※今後、不正使用が発生した場合、違約金を請求させて頂く場合があります。

（他の業者用出荷に流用等）

大変お手数をお掛けいたしますが、皆さまのご協力をお願い申し上げます。

## 夏の定期貯金キャンペーン

平成28年6月1日（水）～7月29日（金）

～新たにご資金で定期貯金30万円以上ご契約いただいた方に～

期間1年  
店頭表示金利の10倍

期間3年以上  
店頭表示金利の20倍

◆定期貯金の満期継続や解約新規はキャンペーンの対象外となります。

◆組合員以外の方は預入期間1年で場合8倍、3年以上で16倍となります。

くわしくは金融課までお問い合わせください。☎93-2112



# 富里歌壇

剪在らば余震続くも「行かんば」と熊本行き用の意なせるや

黒田 照子

梅雨晴にいいよ田の面青々し涼風とおる短歌たずさえ

鳴田 さよ

年ごとにメダカの水槽ふえてゆき捨てたお鍋の中でも育つ

秋葉 清子

ようやくに通せし針の糸なれば長くなぐと切りて縫れる

中川 キヨ子

木の風呂に菖蒲を浮かべた幼き日母の語りし昔の謂れ

立花 法子

青という火星の夕日の摩訶不思議 春満月は赤か黄色か

坂口 典子

勤々と千年の椎は腰を握へいまだ新芽は宙をまさぐる

古川 芳子

千年も生きて来たればそりやあなた理不尽なことも見ましたといふ

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。

## ★★★★★★ 8月のあなたの運勢 ★★★★★★

<p><b>山羊座</b> 【全体運】物事を悪い方に受け止めてしまう暗示。意識的にプラス思考を。リフレッシュには自然の中で過ごすのがベスト 【健康運】不調を感じたら、十分な休養を忘れずに 【幸運を呼ぶ食べ物】ウニ</p>	<p><b>天秤座</b> 【全体運】人との交流から得るのが大きい気配。初対面の相手にもフランクに話し掛けて。グループレジャーもラッキー 【健康運】ウォーキングなど、気軽にできる運動を 【幸運を呼ぶ食べ物】パプリカ</p>	<p><b>蟹座</b> 【全体運】趣味など、好きなことに時間を使いたい月です。プライベートの充実が好運の呼び水に。ガーデニングもグッド 【健康運】規則正しい生活リズムを心掛ければ平穏 【幸運を呼ぶ食べ物】カボチャ</p>	<p><b>牡羊座</b> 【全体運】楽しいことに幸運が。旅行や飲み会など、レジャーに誘われたら気軽にOKし、出掛けてみて。創作活動も◎ 【健康運】体力アップに最適。スポーツを満喫して 【幸運を呼ぶ食べ物】トマト</p>
<p><b>水瓶座</b> 【全体運】何かと迷いやしく、優柔不断になってしまうかも。一人で悩まず、身近な人に助言を求めて。深呼吸も効果的 【健康運】体のゆがみを正せば健康体に近づけそう 【幸運を呼ぶ食べ物】シトウ</p>	<p><b>蠍座</b> 【全体運】神経質になりやすい傾向あり。深刻に考えず、肩の力を抜いて楽に構えましょう。鏡の前で笑顔を作ると開運に 【健康運】ストレス発散には食べるより動くのが吉 【幸運を呼ぶ食べ物】ゴーヤー</p>	<p><b>獅子座</b> 【全体運】温めていたプランを実行に移すのにベスト。積極的にアクションを起こして。自己アピールも成功する可能性大 【健康運】好ベース。伸び伸び過ごせば、問題なし 【幸運を呼ぶ食べ物】カマス</p>	<p><b>牡牛座</b> 【全体運】思い込みで行動してミスしがち。確認作業を忘れずに。また、安請け合いはトラブルのもと。シビアに現状認識を 【健康運】運動不足に注意。小まめに動くのが正解 【幸運を呼ぶ食べ物】オクラ</p>
<p><b>魚座</b> 【全体運】周りに対する不平不満や愚痴ばかり口にしやすく、運気ダウンを招く恐れ。小さなことにも感謝の心を大切に 【健康運】気分が暗くなりがち。お笑いを楽しんで 【幸運を呼ぶ食べ物】カワハギ</p>	<p><b>射手座</b> 【全体運】普段以上に行動力が高まりそう。やりたいことがあれば、大胆に行動に移してみて。海外に関する事柄にもつき 【健康運】疲れを感じやすい月。早めの就寝が必須 【幸運を呼ぶ食べ物】ナス</p>	<p><b>乙女座</b> 【全体運】サービス精神を発揮すると、運が巡ってくる期間。周囲との和を第一に考えて、ひらめきアップには音楽鑑賞を 【健康運】食事の質を向上させて。体調に好影響が 【幸運を呼ぶ食べ物】桃</p>	<p><b>双子座</b> 【全体運】思い切って、やりたいことにトライすれば新たな発見があるはず。話題のジャンルやアイテムに注目するのも吉 【健康運】日々の疲労解消が大事。入浴がお勧め 【幸運を呼ぶ食べ物】スタチ</p>

今月の表紙

かがやけ未来の後継者

富里市十倉(大堀地区)

秋 葉 晋 也 くん (3歳)  
 聡 美 ちゃん (1歳)



今回は大堀地区の秋葉さんのお宅に伺いました。  
 晋也くんは、仮面ライダーや戦隊ヒーローに変身したり、チャンバラをして遊ぶ元気な男の子。  
 ブロックで色々なものを作ったり、おばあちゃんに教えてもらった童謡を歌うことも好きなんだそうです。  
 妹の聡美ちゃんは、お兄ちゃんのまねをして遊んだり、子ども番組のないないばあっ!の「わ〜お!」体操を歌ったり踊ったりするのがお気に入り。  
 仲の良い兄妹へご両親は、これからも元気にすくすくと育ててほしいと話していました。

【父：和保さん】 【母：夏代さん】

※ 東美の里では表紙に出てくださ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)

すくすく子育て  
 チャイルドケア



衣食住

公益社団法人母子保健推進会議会長 ● 荻野 悟郎

私たちが地球上で健康的に生活するためには、何より自然の条件とうまく付き合うことが大切です。昔の人は長い歴史の中で、これをつまく整理して「衣食住」の三つにまとめています。衣服と食物と住居で、『広辞苑』では「生活のモト」とあります。

さて、先人の知恵を子育てに当てはめたとき、どのようなことが考えられるでしょうか。

衣——人は恒温動物で、生活環境が暑くても寒くても、常に体温を一定に保つことができますが、暑ければ着る物を少なくするし、寒ければ着込んで、体温を調整しています。

ところが育児では「寒いだそう」ということで、厚着の赤ちゃんが多く見られます。しかし赤ちゃんは大人より小さいので、熱しやすく冷めやすいのです。普段は着込み過ぎ注意で、着せるかどうかは「迷ったときは着せない」で、気候に合わせて対応しましょう。食——人の赤ちゃんは生まれてから自分で何をすることもできません

ん。ただ泣くだけです。それに対してお母さんは赤ちゃんの様子で判断して飲ませたり食べさせたりします。そのときの様子で判断するわけですが、赤ちゃんにとって、初めての経験です。呼吸しながら飲んだら食べたりは、誰に教えられたことでもありません。初めての行動なので、喉に詰まってしまうことがあります。飲食のときは要注意。これは昔も今も変わりありません。

住——そして赤ちゃんとの生活です。赤ちゃんは何もできないから泣いてばかり。ことに夜中に泣かれると親は疲れてしまっけれど、いつの間にか育って、首はしゃかりして、お座りから独り歩きです。だから昔の人は「泣く子は育つ」で満足していました。そして4、6カ月ごろの夜泣きは、いつの間にか地球の風と夜のリズムに合わせ、夜は眠るようになっていきます。

このように赤ちゃんは、衣食住に守られて育っていくのです。

# もっと身近なJAを目指して！！

私たちJA職員の顔をもっと知ってもらいたい…もっと気軽に声をかけていただける職員でありたい…  
そのはじめの一歩として、私たちJA職員を紹介します。

## 信用・共済部門

## 経済・指導部門



金融課（窓口）  
いしい ともこ  
**石井 智子**

趣味 映画鑑賞  
血液型 O型  
仕事への意気込み  
お客様から信頼される  
よう、日々精進してい  
きたいと思います。



共済課（事故担当）  
たかはし かずき  
**高橋 和樹**

趣味 スポーツをする事  
血液型 A型  
仕事への意気込み  
契約者の皆さまに、安心  
していただけるサービス  
を提供していきます。



購買生活課（店舗）  
もとはし ともや  
**本橋 朋也**

趣味 サッカー  
血液型 B型  
仕事への意気込み  
生産者の要望にスムーズ  
に答え、フットワークの  
軽い職員を目指します。



産直事業課（1号店）  
いとう あさこ  
**伊藤 朝子**

趣味 ママ友会への参加  
血液型 A型  
仕事への意気込み  
農家さんと納品先とコミュ  
ニケーションを取りながら、  
笑顔で接客していきます！

— 私たちは、組合員皆さまのために、日々考え、行動していきます。 —

## 年金相談会を開催します！

年金に関する疑問やご心配はございま  
せんか？

JAでは下記日時に、無料年金相談会  
を開催します。どなたでもご参加いた  
だけますので、お気軽にご相談ください。

**日時：8月19日（金）9:00~15:00**  
(事前にご予約ください)

- ◆ご相談は、年金専門の社会保険労務士が応  
じますので確実です。
- ◆年金は一人ひとり内容・金額が異なります  
ので、早めのご相談が得策です。
- ◆お一人ずつ個別にご相談に応じますので、  
ご安心ください。

【ご予約・お問い合わせは】

**☎93-2112**

金融課年金担当（鈴木）まで

## 成田警察署からお知らせ

### 過激派の非公然アジト発見に ご協力ください！

非公然アジトとは、過激派が、单身や夫婦などの善  
良な市民を装い、マンションやアパートに潜み、「テ  
ロやゲリラ」事件を引き起こすための準備をしている  
場所です。

あなたの周りにこんな人、武器を製造しているところ  
はありませんか？

- 部屋への出入りの際、周囲を異常に気にしている。
- ことさらに近隣の住民と接しないようにしている。
- 部屋の中で工具類を使う音がする。
- 部屋の中から火薬・薬品類の臭いがする。

非公然アジトを発見するためには、皆様のご理解と  
ご協力が不可欠です。

もし、あなたの周辺で「あれ？なんか変だぞ！」と  
思ったときは、どんな些細なことでも構いませんので、  
110番または成田警察署（0476-27-0110）、最  
寄りの交番、駐在所までご連絡ください。





料理研究家 波多野充子

## スパニッシュオムレツ

1食当たり約 267kcal



ジャガイモなどの野菜がたっぷり入った、みんなが大好きなふわふわオムレツです。小さめのフライパンを使うと、厚みが出てふっくらと焼けます。ひっくり返すときは大皿をふたのようにし、一度取り出すと上手に返せます。

### 材料(3人分〈18cmのフライパン〉)

卵……………4個  
ジャガイモ……………2個  
タマネギ……………1/2個  
ピーマン……………1個  
ミニトマト……………4個

イタリアンパセリ……………2本  
ニンニク……………1片  
EVオリーブ油……………大さじ2  
塩……………小さじ1/2  
こしょう……………適量

### 作り方

- (1) ジャガイモは薄切り。ニンニクは縦2等分。タマネギ・ピーマン・イタリアンパセリは2cmくらい、ミニトマトは4等分する。
- (2) フライパンにEVオリーブ油小さじ2とニンニクを入れ、弱火でニンニクの香りが出たら取り出す。ジャガイモとタマネギを炒め合わせ、水大さじ3(分量外)・塩少々・こしょうを加え、ふたをして3~5分、ジャガイ

- モが柔らかくなるまで蒸し煮にする。
- (3) ボウルに卵を溶き、残りの塩・こしょうで味付け、(2)と他の野菜を加える。
- (4) 小さめのフライパンに残りのEVオリーブ油を熱し(3)を入れて大きくかき混ぜる。半熱になったらふたをして弱火で6~8分、ひっくり返して2~3分焼く。



## アジの塩焼きポン酢浸し

1食当たり約 105kcal



焼きたてはもちろん、冷ましてポン酢が染み込んでからもおいしい焼き魚料理です。うろこや内臓の処理が難しければ、お魚屋さんにお願ひしましょう。振り塩をしてから休ませると、さらにおいしくなります。目が白くなり、切れ込みが開いてきたら焼けてきたサイン。魚の頭が左側を向くように盛り付けましょう。

### 材料(2人分)

アジ……………2尾  
ショウガ……………少々  
ミョウガ……………1本

大葉……………4枚  
ポン酢……………適量  
塩……………適量

### 作り方

- (1) アジは尾から頭に向かって包丁の背でうろこを取り、セイゴを尾の側からそぎ取る。えらも包丁の先で取る。盛り付け時に裏側となる腹を4cmほど切り、はらわたを取り出してよく洗い、水気を拭き取る。火が通りやすいように、身の厚い部分に切れ込みを入れる。
- (2) アジの全体に振り塩をし、冷蔵庫で15~30分ほど置き、出

- てきた水分を拭き取り、化粧塩少々を振る。尾とひれにはたっぷり塩をまぶす。
- (3) ショウガ・ミョウガ・大葉は千切りにする。
- (4) グリルで裏側となる面を中火で6~7分、ひっくり返して表側になる面を3~4分焼く。
- (5) 皿に焼いたアジを入れ、ポン酢と(3)をたっぷり掛ける。

## 5月末の事業実績

	5月31日現在
貯金残高	20,134,259千円
貸出金残高	6,135,432千円
長期共済保有高	97,236,920千円
販売品販売高	2,336,408千円
直売所売上高	233,213千円
購買品供給高	691,498千円
出資金	581,405千円
組合員数	2,968人
	(正組合員：1,766人／
	准組合員：1,202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。

富里の名産、スイカの記事で満載の今月号。「富里スイカ」のブランドが、どれだけ有難いことかを今月の取材でひしひしと感じました。スイカが結んでくれるたくさんの人達とのつながりを、JA職員として大切にしていきたいと思ひました。

\*JAだより(東美の里)に関するご意見・ご感想などございましたら、ぜひお聞かせください。

## 編集後記

1. 稟議規程の一部変更について

## 理事会メモ

平成28年6月27日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。