

# 東美の里

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2012/No.393

## 6月号



### Contents

西瓜部査定会を開催……………	P 2
女性部料理教室……………	P 3
営農情報……………	P 4
特集「里山の自然を観察しよう」…	P 6・P 7
融資課・共済課よりお知らせ……………	P 10



## 品質管理を徹底 富里スイカ査定会

県内最大のスイカ産地である富里市では「富里スイカ」の出荷が本格化しました。

5月21日(月)に行われた査定会には、生産者約200人と指定市場11社が出席し、出荷基準や出荷報告の徹底を確認しました。

J A富里市西瓜部は、「糖度・食味抜群、熱い情熱の入った美味しい西瓜」をスローガンに掲げ、運営委員や検査長、J A職員による圃場巡回、糖度検査、栽培管理記録簿の記帳チェック、試割り検査などを実施



現品査定で出荷規格を確認

し、品質管理の徹底に努めていきます。

大玉スイカは例年に比べると若干遅れ気味で小玉傾向だが、糖度は平均12度と高く食味も良好。

同部会では50万ケース（1ケース・2玉入り）販売高13億円を目標にしています。

「紅大」、「フラインエース」、「春のだんらん」、「味きらら」、「祭ばやし」が指定品種とされて、「とみちゃんスイカ」として販売、その時期（旬）に最も適した品種を出荷しています。

6月下旬にピークを迎え、7月下旬まで出荷は続きます。



西瓜部・篠原部長のあいさつ

## 野菜販売が大盛況

J Aではゴールデンウィーク期間中の5月3日(木)から5日(土)の3日間、千葉市の幕張メッセで開かれた「どきどきフリーマーケット2012」にJ Aグループ千葉の一員として参加出店しました。

J A富里市は一日だけの販売でしたが、ほうれん草や小松菜、かぶ、人参などの野菜と切り花を販売、持ち込んだ商品は全て完売しました。

また、J Aグループ千葉のブースでは房総ブロックの焼肉やワインナー、乳製品など加工品の販売も行われました。



新鮮な野菜を販売

## 馬せり市で 富里スイカをPR



特設のテントでスイカやふるさと産品をPR

富里市とJ Aは5月14日(月)、船橋競馬場で、千葉県両総馬匹農業協同組合が開いた「千葉サラブレッドセール2012」で「富里スイカ」のPRをしました。

富里市は競走馬の故郷としても知られており、当日は同市産の小玉スイカで試食を行い来場者の喉を潤しました。

サラブレッドセールでは、2歳馬（調教済）、56頭が出品。47頭が競り落され、最高で4200万円の値が付きました。

### 米粉で料理教室

J A富里市女性部は4月27日(金)、富里市保健センターで、米粉を使った料理教室を開きました。

千葉県印旛農業事務所の山田えりかさん指導の下、地元産の米粉を使ったチーズケーキやパンケーキ、シチュー、チヂミなどに挑戦しました。参加したメンバーは、米粉がいろいろな料理に使えることに感心していました。

小澤和子部長は「今後、米粉の普及を広めるとともに米粉の良さを活かした料理を直売所でも販売して行きたい」と抱負を話していました。



パンケーキに挑戦

### TPP阻止を要請



市長に要請文書を手渡す

J A富里市の根本実代表理事組合長や富里市農業士会の秋元孝久会長、富里市農業委員会の島田潔会長らは5月2日(水)、富里市の相川堅治市長を訪ね「TPP交渉阻止に関する要請書」を手渡ししました。

根本組合長らは、「TPPは農業や食料安全保障のみならず、地域経済や、国民生活全体にまで深刻な影響を及ぼす」とし、交渉参加阻止に協力を求めました。

### 七栄小でスイカ学習

富里市立七栄小学校で5月2日(水)、地元特産品のスイカについて学ぶ授業を行いました。

ゲストティーチャーとして招かれたJ A富里市・営農指導課の藤崎綾子さんは、J Aの仕事内容や、富里市のスイカ栽培についてスライド等を使って説明しました。

授業は、総合学習の一環で、3年生の児童81人が学びました。

児童たちは今後、地元のスイカ生産者の畑などを見学し、スイカ栽培について理解を深め「スイカマスター」を目指します。



スイカ栽培に興味津々

### 富里小でバケツ稲栽培



種もみをバケツに植える

J A富里市は5月17日(木)、富里市立富里小学校でバケツ稲づくりの授業を行いました。

総合学習の一環で、5年生の児童132人は、J A営農指導課の相川康行さんと藤崎綾子さんの指導を受け、地元の水稻農家から土をわけてもらい、芽出した種もみを一つのバケツそれぞれに約20粒まきました。

児童たちは泥だらけになりながらも、秋の収穫を願って自分の田んぼ作りをしました。

今後、営農指導課では定期的な巡回でバケツ稲の状態を確認して行くそうです。

# 原発事故による廃プラ回収の新しいルールのお知らせ

## 富里市農業用廃プラスチック対策協議会

昨年3月の原発事故により千葉園芸用プラスチックリサイクルセンターにおいて、排出土から高い濃度の放射性物質が検出されたため、廃プラ回収の新しいルールが下記の通り設定されます。

### 1. 廃プラ回収の新しいルール

①受入時に放射線検査を実施します。 **受入基準 0.23マイクロシーベルト/時以下**

洗浄をていねいに行い、土を充分除去してください。

**(基準を上回るものは回収することはできません。)**

②使用済み農ビの分別が変わります。

廃ビニールA 平成 23年3月に張ってあった使用済みビニール

洗ってから梱包してください。特に土の部分は水洗いをします。

廃ビニールB 廃ビニールA以外の使用済みビニール

廃ビニールAほど厳しくは求めませんが、できる限り土を落としてから梱包します。

廃ポリ 使用済みポリ・PO (ポリオレフィン)

及び多目的防災網の肥料袋・マイカ線は、従来どおりです。

※回収当日のトラックへの積み込みは放射線量と搬入量の確認後、農家の皆様方をお願いします。

#### ☆ビニールの調整方法

①できるだけハウスに張ったままの状態、高圧洗浄機などで全体を洗います。

②すそ部分は地面から 30cmのところをカッターなどで切り離し、水を使って洗います。

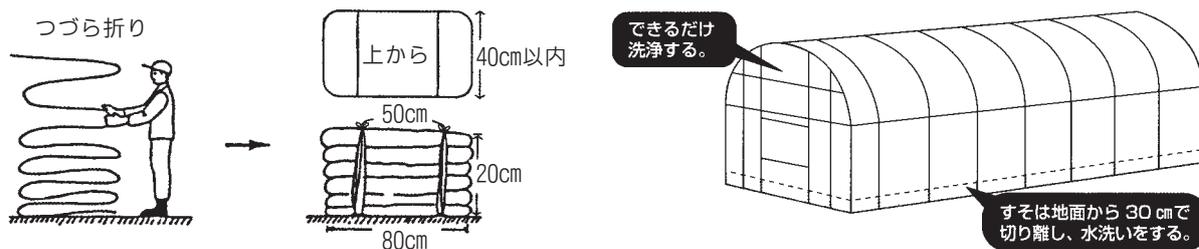
③平成 23年3月に張ってあったビニールは特にていねいに洗ってください。

④梱包は土が付着しないよう、舗装された場所で行います。

⑤梱包が済んだら、市番号 (3242) と組合員番号 (生産者番号) 及び「廃ビニールA・B又はOA・OB」と油性ペンなどの落ちない物で、ビニールの1つ1つに、外見から確認できる場所へ必ず記入して下さい。

⑥廃ビニールA・廃ビニールBの分別とビニールの厚さも従来どおり

分別 (0.05・0.075・0.1) して分かる様に搬入して下さい。



#### ☆ポリ・PO (ポリオレフィン) の調整方法

土などの付着物は十分払い落とし、定められた規格での梱包をお願いします。土の除去が不十分なものや規格を著しく逸脱した廃プラは受け入れをお断りすることがあります。

廃ポリは廃プラ登録番号の記載は不要です。

### 2. 注意事項

①受入できないもの：フッ素系フィルム、硬質フィルム、育苗箱、糸入り塩化ビニール、塩ビ管等

②ゴム片、石、金属、竹、木片、作物残渣は、絶対に混入させないでください。

③運賃経費節減のため、極力土砂・水分は、付着しないようにご配慮ください。

④使用済みのビニール・ポリは、劣化が進みますので保管しないで毎年処分してください。

お問い合わせ先 富里市農業用廃プラスチック対策協議会事務局 JA富里市購買生活課(売店)TEL93-1911

### 年金友の会が移動総会

J A 年金友の会は、4月19日(木) 20日(金)で親睦を兼ねた移動総会を静岡県の伊東温泉で行いました。

総会には24名が出席し、次の項目について審議を行いました。

- ①平成23年度事業報告及び収支決算書承認について
  - ②平成24年度事業計画(案)及び収支予算書(案)承認について
  - ③役員承認について(案)
- 結果、議案は全て承認されました。



温泉につがりリフレッシュしました

### 川中美幸ショーを堪能

「J Aバンク千葉感謝の集い」で川中美幸コンサートが5月16日(木)に千葉県文化会館で開かれました。

J A富里市から28名が招待され、川中美幸さんのヒット曲をはじめ、バラエティーに富んだトークショーを楽しみました。

この感謝の集いは毎年開催されていますが、今回は舞台正面の座席で川中美幸さんをまじかで観ることが出来ました。



参加者全員で記念撮影

### 10名が新規就農

富里市農業士会と同市農業後継者対策協議会は5月17日(木)、市内のホテルで2012年度の新規就農者の激励会を開き、新たな担い手たちと親睦を深めました。

今年度は男性9人、女性1人(平均年齢26・1歳)が新たに就農。

相川堅治富里市長や伊藤勲県議会議員、秋元孝久富里市農業士会会長、県印旛農業事務所増田千代子改良普及課長、J A富里市の根本実組合長をはじめとし、富里市の農業に携わる団体・関係者ら48人が駆けつけ、新規就農者を激励しました。



新規就農者のみなさんがんばってください

## 過激派アジト発見にご協力下さい！

千葉県警察では、「テロ・ゲリラ」事件を引き起こす過激派を、徹底して取り締まっています。過激派は、善良な市民を装いながら違法な調査活動、指名手配被疑者の潜伏、爆弾の製造などにマンションやアパートをアジトとして使用しています。

110番または成田警察署、最寄りの交番等に通報してください。

#### 《過激派アジトの特徴》

- 単身で住んでいるはずが、密かに複数の人が入り出している
- 深夜早朝に見知らぬ人が、人目を避けるように入り出している
- 自分の部屋に入り出す際、異常に周囲を気にしている
- 昼間でもカーテンを閉め、部屋の中が見えないようにしている

もし、あなたの周辺で「あれ？何か変だな。」と思った時は、110番または成田警察署(27-0110)までご連絡ください。



## 夏休み自由研究

# 里山の自然を観察しよう

里山とは、人々が生活のために手を加えることで維持されてきた雑木林や谷津田（やつだ）を中心とした、人との関わりが深い昔ながらの自然環境を意味しています。雑木林、田畑、小川や池があり、人間を含めて、さまざまな動植物が共生していることが大きな特徴です。夏休みの自由研究として、あらためて里山の自然を観察してみましょう。

### ●里山の自然観察の基本●

服装は、長袖・ズボン・帽子・軍手などの手袋・運動靴、田んぼなどの水辺では長靴を履きましょう。持ち物は、カメラ・スケッチブック・筆記用具・捕虫網・虫籠・動植物図鑑・双眼鏡・ルーペなど。

取材協力/ミュージアムパーク茨城県自然博物館

動植物撮影/石井光美（アオサギ、カワセミ）・今井初太郎（ハイケボタル、ドジョウ、マルタニシ、トウキョウダルマガエル、カブトムシ、ルリタテハ、クヌギ、オニヤンマ、スジエビ、メダカ）・大和田健二（タヌキ）・小泉直孝（オオバコ、セイヨウタンポポ、セリ、アオウキクサ）・茨城県自然博物館（タイコウチ、コナラ）イラスト：ゆき たけし

## 田畑にいる生き物

田畑は、里山の中で人間の食べ物作りの舞台でもあります。多種多様な植物が生え、昆虫や野鳥が集まってきます。また、水を引いた田んぼは特有の環境をつくり、その泥の中には多くの水生昆虫やドジョウなどの小魚、タニシ類などがすんでいます。畑の脇道、田んぼのあぜ道、田んぼの水面、そして泥の中などを注意深く観察してみましょう。



**オオバコ（オオバコ科）**  
硬い地面でも生え、地面に張り付いた葉の真ん中から長い茎を伸ばして実を付けます。



**セイヨウタンポポ（キク科）**  
道端や田んぼのあぜ道に生えます。綿毛ができて風に乗って種子が飛びます。



**タイコウチ（タイコウチ科）**  
水田やため池などの泥の中に潜み、小魚などを捕食します。



**ハイケボタル（ホタル科）**  
成虫は晩春から夏にかけて羽化し、オスはメスを探すために発光して飛び回ります。



**アオサギ（サギ科）**  
サギの中では一番大きく、体は灰色。水辺で魚やザリガニなどを狙ってたたずんでいます。



**トウキョウダルマガエル（アカガエル科）**  
オタマジャクシからカエルになっても、あまり水辺を離れずに生活しています。



**マルタニシ（タニシ科）**  
水田やため池などの底、泥がたまっている所で生活しています。



**ドジョウ（ドジョウ科）**  
水田やため池、それに続く水路にすんでいます。

## 注意！

水辺では一人で観察するのは危険です。大人の方と一緒に、またはグループで行動しましょう。また、毒ヘビ（マムシ、ヤマカガシなど）は、田畑にいる生き物と同じ所にいます。もしかしたら、どんなヘビだったのかを確認して、すぐに病院へ行きましょう。



**カストムシ (コガネムシ科)**  
夜間から早朝にかけて、クヌギやコナラの樹液に集まります。



**タヌキ (イヌ科)**  
雑食性で、主に夜に行動します。複数の個体で同じ場所に繰り返し糞をする習性があります。

雑木林では、人がまきやしばを取ったり、炭を焼いたり、落ち葉をかいて肥料にしたり、山菜を採ったりということが行われてきました。主にクヌギやコナラを中心とした林で、樹液には昆虫が集まり、ドングリなどの木の実を食べる小動物や野鳥などが見られます。雑木林の木の幹や枝、葉の裏、落ち葉の中、草むらなど、ポイントを絞って探してみましょう。

# 雑木林にいる生き物



**ルリタテハ (タテハチョウ科)**  
クヌギやコナラの樹液に集まります。羽の表は黒で瑠璃色のライン、裏は枯れ葉模様。



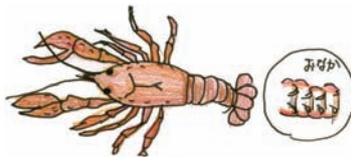
**クヌギ (フナ科)**  
長細い葉で、葉の縁はとがっています。丸いドングリができます。



**コナラ (フナ科)**  
水田やため池、それに続く用水路にすん葉の縁がぎざぎざしています。長細いドングリができます。



小川・池の生き物  
なまえ (科名) アメリカザリガニ (ザリガニ科)



調査した場所 茨城県自然博物館  
調査した日 2012. 7. 30  
天気 くもり 気温 25℃ 水温 23℃  
どんどころにすんで (はえて) いたか?  
田んぼのわきの水の流りにすんでいた。  
気付いたこと  
1対目のほさみは大きく、2、3対目のほさみは小さかった。ひっくり返すとおなかにも足があった。

### 観察記録用紙の参考例

- 観察記録の書き方や観察の仕方のポイント
  - ・見つけた動植物の名前や特徴を、場所ごとに分類して記録しましょう。
  - ・動植物を参考に里山の環境について考えてみましょう。
  - ・動くものを撮影するときは、一人が押さえるなどして、友達と協力しましょう。
  - ・近くのを撮影するときは、接写モードにして撮影しましょう。
  - ・スケッチは対象をよく見て、細かいところまで描きましょう。
  - ・気付いたことは、何でもよいので記録しておきましょう。
- 例えば……  
○○な鳴き声が聞こえた。  
触ってみたら○○な感じがした。  
○○な臭いがした。……など



**セリ (セリ科)**  
春の七草の一つです。湿地に群生して生えます。夏には白い花が咲きます。



**アオウキクサ (ウキクサ科)**  
緑色で丸い形が特徴です。たくさん集まって水に浮いています。



**オニヤンマ (オニヤンマ科)**  
日本最大のトンボで、幼虫は小川や湿地の水中に、成虫は5～9月に川面や林道を飛びます。



**メダカ (メダカ科)**  
昼行性で水面近くを群れて泳ぎます。水草のある、流れが穏やかな場所を好みます。



**スジエビ (テナガエビ科)**  
夜行性なので、昼間は水中の石の下や水草の中に潜んでいます。



**カワセミ (カワセミ科)**  
水中の魚を狙い、くいや横枝の上に止まります。水面近くを直線的に速く飛びます。

池、流れのある小川などの水辺では、セリなどの植物、幼虫が水中で過ごすトンボなどの昆虫、小魚を狙うカワセミ、メダカなどの小魚やスジエビなど水生生物が見られ、種類によつて水辺・水中・水底など、すんでいる環境が異なっています。水辺では安全のために大人の方と一緒に行動し、川岸の植物のあるところから、川底まで観察してみましょう。

# 小川・池にいる生き物



もう一度見つめよう 食べ物の世界

## 消費期限と賞味期限

タレント・食生活アドバイザー 岡村 麻純

全ての加工食品には、消費期限または賞味期限の期限表示がされています。まず消費期限とは決められた保存方法でおおむね5日間保存すると品質が劣化してしまう、長期間保存できない食品に付けられます。つまり、適切な保存をしていけばこの期間内ならば安心して食べられます、という表記です。実際に生肉やお弁当などに表記されています。消費期限を過ぎると安全性の保証がないため、期限内に食べることが求められます。

一方、賞味期限とは、食品を決められた方法で保存した場合、安全性や味など全ての面で品質が保持される期間のことです。つまり、この日まではいしく食べることができます、という期限です。ですから、期限が過ぎたからといってすぐに食べられなくなるといわけではないです。長期保存できるものはその分ゆっくりと劣化も進むので、賞味期限の1日前と1日後ではさほどの変化はないと考えられます。逆に、賞味期限内であっても少しずつ劣化が進んでいるとも考えられます。

この異なる期限表示は、正しい保存方法でない場合や、開封後には当てはまりません。つまり、製造日から1日後の開封済みの食品と、賞味期限が1日過ぎた未開封の食品では、未開封のものの方が、品質が良い可能性すらあります。

このように、期限表示は製造元が科学的根拠に基づいて制定した目安ですが、その信頼性は実際に扱う私たち次第です。私たちがが確かな保存を心掛けることでより期限表示の役割が確かなものになるのだと思います。また、食べるものは基本的には新鮮さが一番。普段の食事では、買いだめをして賞味期限の短いものから食べていくようなことはせず、計画的に食品を購入、使用していくことが食品と上手に付き合っていく秘訣（ひけつ）なのだと思います。



## 今月の表紙

# かがやけ未来の後継者

富里市十倉(三区地区)

江原 <sup>まさひと</sup> 誠仁くん(11歳)

<sup>たくみ</sup> 巧弥くん(9歳)

今回は三区地区の江原さんのお宅にお伺いしました。

誠仁くんは、小学校2年生の時から少年野球に入団して、毎週土曜日、日曜日は試合や練習を頑張っています。

巧弥くんも保育園年長さんの時からお兄ちゃんと一緒に少年野球に入団して、今は7月に行われる小学校低学年(4年生以下)の大会に出場し優勝目指して練習に汗を流しています。

野球大好きな仲の良い兄弟の楽しみは、QVCマリンフィールドでロッテマリーンズの唐川投手を応援しに行く事ですが、今年は登板する日と自分達の練習の日が重なってしまい観ることが出来なくて残念がっています。

これからも大好きな野球を通して色々な事を学んでほしいと、ご両親は話していました。

【父：敦司さん】 【母：美津子さん】



# 富里俳壇

膝詰めて身近となりぬ花筵  
 真東を登る朝日や彼岸来る  
 割りばしに巻き取りたいよな春の雲  
 鳥の恋静かになりて終りけり  
 年ごとに庭の広しと草取り女  
 こともの日青き地球よ健やかなれ  
 鋤き返す土黒光り穀雨かな  
 白鷺の抜き足差し足田水満つ  
 手を離れ風船高く雲を追ふ  
 寝められてまた笑はれて虚子忘かな  
 夏薊やがて野原の王となる  
 諸々の進化の声の春の鳥  
 寄居虫(やどかり)の姿笑えぬ我が住まひ  
 書くことの斯くも難儀や新茶酌む

鈴木 順子  
 秋葉 紅陽  
 佐藤 和子  
 寒郡 政雄  
 野々宮久枝  
 師岡 一郎  
 大塚 さち  
 高田 柴秋  
 迎田 正子  
 古川 雄一  
 加藤 井魚  
 小林 昭治  
 稲毛 信子  
 荒井 一明

## お詫びと訂正

先月号(5月号)の東美の里に誤りがありました。訂正してお詫び申しあげます。

3ページの「新役員紹介」の中で、役員の方の所属地区(誤)布施 薫(山武郡松尾町)正(正)布施 薫(山武市)11ページの「食のはなし」の中で、料理の名称(誤)カジキのハーブパン粉焼き正(正)エビとソラマメのマヨネーズ炒め

## 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

## ☆☆☆☆☆☆7月のあなたの運勢 ☆☆☆☆☆☆☆

<p><b>山羊座</b> 【全体運】優柔不断になってしまふ傾向に。人の意見に惑わされず、自分らしさを大切に。好きな音楽を聴き、心を静めて 【健康運】心の重荷を減らし、のんびりと過ごして 【幸運を呼ぶ食べ物】メロン</p>	<p><b>天秤座</b> 【全体運】思うようにならない出来事があるものの、イライラせず、どっしり構えて。リラックスするには、歌うのが一番 【健康運】疲れをため込む前にしっかり気分転換を 【幸運を呼ぶ食べ物】イチジク</p>	<p><b>蟹座</b> 【全体運】自分に自信が持てる時期。やってみたいことがあるなら、果敢にトライしてみよう。ボランティアへの参加も幸運 【健康運】食べ過ぎは控えて。ストレス発散も大事 【幸運を呼ぶ食べ物】ナス</p>	<p><b>牡羊座</b> 【全体運】自己判断で動いて、失敗しやうい期間。周囲の人たちの意見にも謙虚に耳を傾けて。気晴らしには料理が最適 【健康運】小さなけがに気を付けて。行動は慎重に 【幸運を呼ぶ食べ物】キョウリ</p>
<p><b>水瓶座</b> 【全体運】何かと神経質になりがち。細部にこだわらず、おおらかに。金運は高め。趣味にお金をかけられそう 【健康運】スポーツに励むと、体調面に好影響あり 【幸運を呼ぶ食べ物】アユ</p>	<p><b>蠍座</b> 【全体運】アクティブに動き回れそう。保留になっていた事柄にもうれしい変化が。アウトドアレジャーもグッド 【健康運】夏バテしないよう、体調管理を徹底して 【幸運を呼ぶ食べ物】昆布</p>	<p><b>獅子座</b> 【全体運】優しい心境になれる予感。親切心を発揮すれば、自然と人気があがる結果に。交際も実りがあります 【健康運】ちょっとした運動が体調を良くする秘訣(ひげつ) 【幸運を呼ぶ食べ物】ミョウガ</p>	<p><b>牡牛座</b> 【全体運】知的好奇心が旺盛になりそう。趣味の集まりに参加したり、習い事を始めたりすれば、新発見あり。旅行も吉 【健康運】オーバーワークに注意。適度に休むこと 【幸運を呼ぶ食べ物】スズキ</p>
<p><b>魚座</b> 【全体運】レジャー運が良好。飲み会などに誘われたら、気軽に顔を出してみると良い刺激に。ただ、散財にはご用心 【健康運】クーラーの冷え過ぎはNG。ほどほどに 【幸運を呼ぶ食べ物】パプリカ</p>	<p><b>射手座</b> 【全体運】ネガティブに考えやすくなる、暗い気分になりがち。前向きな発想が運氣回復のポイントに。マッサージもラッキー 【健康運】同じ姿勢を続けず、伸び伸び過ごすこと 【幸運を呼ぶ食べ物】シジミ</p>	<p><b>乙女座</b> 【全体運】今までチャレンジしたことがない事柄に挑戦するなど、視野を広げるチャンス。新しい趣味を持つのも刺激大 【健康運】運動不足解消のためにもてきばき行動を 【幸運を呼ぶ食べ物】スイカ</p>	<p><b>双子座</b> 【全体運】ゆったり構え、落ち着いて過ごしたい月です。中途半端なまま放つてある事柄を片付けると運氣上昇の呼び水に 【健康運】特に問題なさそう。軽い運動につきあり 【幸運を呼ぶ食べ物】トマト</p>

JA 富里市の組合員のみなさまへ

共栄火災

●JA団体傷害保険制度●

# JAシニアクラブ

標準傷害保険

アクティブなあなたの日常生活をしっかりサポート

24時間365日、  
ケガからあなたをおまもりします

こんな時に、お役にたっています・・・

自宅階段より転落、  
肩を骨折して  
入院した。

飼犬に噛まれて、  
入院し  
縫合手術をした。

自転車に搭乗中、  
交通事故により  
死亡した。

畑で転倒して、  
腰を骨折して  
入院した。

グラウンドゴルフ中、  
芝の継ぎ目に  
足をとられ転倒し、  
膝を打撲した。

…保険金の  
支払事例より



29万人の方が  
加入しています  
(2012年3月末現在)

- JAシニアクラブは、全国共済農業協同組合連合会(JA共済連)を保険契約者とし、JA組合員の皆さまを加入者(被保険者)とするJA団体傷害保険制度です。
- ケガによる死亡や後遺障害、入院・通院、他人への賠償責任、携行品の損害など、日常生活のリスクを補償する制度です。
- 詳しい内容は「JAシニアクラブ」パンフレットをご覧ください。

» 資料をご請求ください!

(事務取扱者)

富里市農業協同組合 金融部共済課

資料請求は、下記の取扱代理店までご照会ください。

(取扱代理店) 富里市農業協同組合 金融部共済課  
〒286-0221 富里市七栄652-225  
TEL 0476-93-2112

(引受保険会社) 共栄火災海上保険株式会社 東関東支店 千葉支社  
〒260-0045 千葉市中央区弁天1-15-3  
TEL 043-285-0081

B1114430K0336 (11.06)

好評につき、期間延長!!

## 農機具購入支援キャンペーン

固定金利 **年 1.7%**

★JAより購入ならさらに0.2%割引になります★



お借入期間: 最長7年以内  
お借入金額: 限度額1,800万円以内

\*別途保証料がかかります (年0.64%)

■今なら最大1.0%の利子助成あり!!!

(お借入金額100万円以上が対象となり、期間は3年間となります)

\*その他詳細は、下記窓口までお問い合わせ下さい。なお、審査結果により、ご希望に添えない場合もございます。

# 金融部融資課 0476-93-2112

**相談料無料**

## 平成24年度年金相談会開催のお知らせ

何かとややこしい年金制度。年金のしくみから具体的な手続き、疑問点まで、専門家の社会保険労務士が親切・丁寧にわかりやすく、ご相談に応じます。

### たとえば

- ・私は、何歳から年金をもらえるの？
- ・年金受給予想金額はどのくらいなの？
- ・年金をもらうには、どんな手続きが必要？
- ・年金の繰上げ受給をすることはできるの？
- ・受給もれはないか？・・・・・・・・・・など  
(以前会社等に勤めて国民年金以外に加入していた)



この他にもいろいろな年金の質問にお答えします。

**どなた様も、お気軽にご相談ください！**

☆どんな些細な相談でもお気軽にご相談ください。

☆相談内容や個人情報厳守いたします。

1. 日 時：平成24年8月23日（木）

午前9時00分～午後3時00分

（お一人様概ね30分程度の相談を予定しています。）

### ☆持参いただきたいもの

- ・年金手帳（厚生年金被保険者証を含む）
- ・年金証書（既に受給されている方）
- ・ねんきん定期便等

2. 場 所：JA富里市2階小会議室

3. 連絡先：金融部金融営業課 TEL 0476-93-2112

**事前に予約が必要です,ご連絡下さい。**

**相談会に来て頂いたみなさまには、「ちょきんぎょグッズ」をプレゼント!!**



# ご飯を美味しく 食事を楽しく

## ご飯

### 汁ビーフン

1人分約 414kcal



ビーフンはお米でできた麺。本場タイでは、いろいろな太さのものがああります。常温で保存が利き、熱湯で戻してすぐ使えるので常備しておくとう便利。タイ風の汁物に仕上げましたが、和風、焼きビーフン、冷やしビーフンなど応用も利きます。

#### 作り方

- (1) ビーフンは表示通りに、熱湯で戻し、ざるに取る。
- (2) 小松菜は4cm長さに切り、茎と葉に分ける。マイタケはほぐす。ショウガは薄切りにする。トウガラシは3つに切る。
- (3) 鍋に油とトウガラシを入れ、弱火で1~2分炒めて、ショウガとひき肉を加え、強火にして、肉の色が変わったら、小松菜の茎、マイタケ、小松菜の葉の順に入れ、さっと炒める。
- (4) Aを入れ、沸騰したら、あくを取り、ビーフンを加え、塩、コショウで味を整え、器に盛り、好みでレモンを搾る。

#### 材料(4人分)

- 豚ひき肉…………… 100g
- サラダ油…………… 大さじ1
- 赤トウガラシ…………… 2本
- ショウガ…………… 大1片
- ビーフン…………… 300g
- 小松菜(青菜)…………… 1束(200g)
- マイタケ(キノコ) 1パック(100g)
- A
- 湯…………… カップ6
- ナンプラー…………… 大さじ3
- スープのもと…………… 小さじ2
- 塩・コショウ…………… 各少々
- レモン(好みで)…………… 1/2個

## もう一品

### 豚しゃぶしゃぶ野菜添え

1人分約 149kcal



豚肉をゆでるのに火を使うだけ。後は材料を切って並べるだけのスピード料理。特に豚肉にはビタミンB1が豊富で、エネルギーを消費する夏場、疲労回復に役立ちます。いろいろな野菜と共に意識して取りたい食品です。

#### 作り方

- (1) 豚肉をゆでる。湯を沸かし、塩、酒少々(材料外)を入れ、1枚ずつ入れ、火が通ったら、すぐに取り出し、ひと口大に切り、冷ます。
- (2) タマネギは薄切りにして水にさらし水気を切る。
- (3) トマトは半月に切る。こんにゃくは薄く切る。
- (4) こんにゃく、トマトを皿に並べ、豚肉、タマネギを載せる。
- (5) ポン酢しょうゆなどを漬けていただく。

#### 材料(4人分)

- 豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用) 200g
- タマネギ…………… 1/2個(100g)
- トマト…………… 1個
- 刺し身こんにゃく… 1/2個(150g)
- ポン酢しょうゆ・ごまだれ(市販)など…………… 適量

### 4月末の事業実績

貯金残高	4月30日 現在	19,148,061千円
貸出金残高		5,950,769千円
長期共済保有高		99,346,500千円
販売品販売高		2,008,029千円
直売所売上高		142,633千円
購買品供給高		603,091千円
出資金		538,460千円
組合員数		2,937人
	(正組合員：1,826人/	准組合員：1,111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。		

今年も「富里スイカ」のシーズンに入りました。例年よりも出荷が遅れたものの、販売状況等すべり出しはまずまずと言ったところでしょうか。年々、知名度を上げている「富里スイカ」ですが、やはり第一に生産者ひとり一人のスイカ作りに掛ける情熱があつてこそだと思ひます。この時季はスイカ一色になりますが、広報担当者として少しでも手助けができればと思ひます。

### 編集後記

1. コンプライアンス・マニュアルの改訂について

### 理事会メモ

平成24年5月24日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。

