

東美の里

JAと地域のみなをむすぶ広報誌

2016/No.440

5月号



 JA富里市公式
Facebookページ



 JA富里市

Contents

- 農家組合長会総会を開催…………… P 2
- 営農情報…………… P 4
- 特集「自家製ドレッシングで
おいしく野菜を食べよう」… P 6・7
- 富里歌壇…………… P 9
- 新鮮食材で楽しくクッキング…………… P 12





農家組合長会

総会を開催

J Aと富里市は4月25日(月)、平成28年度農家組合長定期総会と、富里市植物防疫協会の通常総代会をJA会議室で開きました。

議事では、平成27年度の事業や収支決算についての報告と、平成28年度の事業計画や収支予算書について審議され、すべて承認されました。

また、役員改選により、次の方が新役員・監事に決まりました。



全議案に賛成をいただきました



あいさつをする新会長の藤崎さん

【新役員・監事の皆さま】

- | | |
|-----|--------------|
| 会 長 | 藤崎 芳久 (中沢西部) |
| 副会長 | 堀越 健一 (末広) |
| 評議員 | 相川 治美 (中沢東部) |
| 評議員 | 高知尾光雄 (二区) |
| 評議員 | 吉川 孝 (七栄第二) |
| 評議員 | 細田 進 (高松入) |
| 評議員 | 桜井 丈良 (実の口) |
| 評議員 | 秋葉 和保 (大堀) |
| 評議員 | 秋葉 英男 (高野第二) |
| 評議員 | 小林 重信 (三区) |
| 評議員 | 矢崎 富次 (七栄第二) |
| 監 事 | 岡田 広 (吉川) |
| 監 事 | 鈴木 孝 (十倉) |
- (敬称略・順不同)

年金友の会移動総会



参加者で記念撮影

J A富里市年金友の会は4月7日(木)から1泊2日で、平成28年度の移動総会を伊豆白浜温泉で開き、19人が参加しました。

議事では、前年度の事業報告を含む3議案について審議し、すべて承認されました。また、役員改選により、次の方が新役員に決まりました。

【新役員】

- | | |
|-----|------------------|
| 会 長 | 國本 忠孝 (七栄第二) |
| 副会長 | 村田 性次 (武州) |
| 評議員 | 南 廣雄 (根本名) |
| 評議員 | 山口八重子 (立沢) |
| 監 事 | 浅沼 春子 (大堀) |
| 監 事 | 石澤 公子 (大堀) (敬称略) |

貴重な経験を糧に

J A全農ちばの新採用職員2人が、J A富里市でJ A研修を行いました。4月6日(水)から4月22日(金)までの研修の内5日間は、生産者の圃場でスイカ苗の定植や、整枝作業を学びました。

研修を終えた職員は、「生産者の方々の農業に対する思いや、苦労を知ることができた。皆さんの思いに応えるためにも、これから全力で仕事に励みます。」と力強く話していました。



熱心に作業するJ A全農職員

ベテラン生産者を視察



篠原照民さんを囲んで

富里スイカ倶楽部は4月19日(火)、現地視察研修会を行い、立沢地区の篠原弘安さんと高松地区の篠原照民さんの圃場で、ハウス栽培の温度管理について学びました。

参加した部員9人は、両氏の豊富な経験から多くのアドバイスを受けてきました。

今回の研修会では、特に換気のタイミングについて質問があり、自分の畑と比べることで参考になることや、作業の違いを発見することが

できました。

参加者からは、「聞きたいことが聞けて勉強になった。」「スイカの株に生産者の人柄がうかがえた。」などの感想がありました。



スイカに懸ける熱い想い



ハウスのスイカを視察

病害虫の生態と防除を学ぶ



早期防除が大切と話す名雪氏

J A直売部会は4月28日(木)、JA会議室でJA全農ちば営農支援課の名雪浩章氏を講師に招き、病害虫の生態と上手な防除について講習会を開き、42人が参加しました。

名雪氏は、部員の方々が色々な野菜を栽培する中で、共通する害虫や病気の発生の仕方を知り、効果的に薬剤を使用してほしいと話しました。

参加者の中には、メモを取りながら聞き入る姿も見られました。

朝採り野菜をお届け!



鮮度バツグン! 大人気!!

J A直販開発課は4月8日(金)、イトーヨーカドー成田店野菜売場で、J A地場野菜部会の朝採り野菜を販売しました。

当日の朝に収穫した大根・かぶ・レタス・チンゲン菜などは、どれもみずみずしく新鮮で、来客者の注目を集め、とても好評でした。

また、旬のたけのこも販売され、「どれが美味しいかしら!」とJ A職員に笑顔で尋ねる来客者もいました。





営

農

情

報



平成27年度JA富里市トマト部品種試験結果について

目 的：トマトの品種特性を把握し、時期や圃場にあった品種を選ぶ際の参考とするため。また、試験品種と指定品種の作業性・収量・秀品率等を比較し、より良い品種の発見に努め、トマトの品質の維持・向上に繋げるため。

試験期間：6月下旬～10月下旬

試験委託：トマト部役員2名

試験場所：JA富里市管内圃場（パイプハウス）

調査本数：10株（1区画）

試験品種：ひなた（みかど協和）※MKS-T93

慣行品種：みそら64（みかど協和）、TTM075（タキイ種苗）、桃太郎グランデ（タキイ種苗）

試験結果：当JA管内の栽培環境は、近年梅雨明けが早まり、7月10日頃から異常高温期間が続く傾向にある。梅雨明け時は気温が異常に上昇しやすく、若苗定植の場合、定植直後に高温の影響（ストレス）を受ける。平成27年度は、4段目の花が傷み、5～7段目は着果不良が多くなった。

品種名（播種時期）	種苗会社名	結 果
ひなた（MKS-T93）	みかど協和	<ul style="list-style-type: none"> ・慣行品種に比べ、節間が短い。 ・「みそら64」に比べ花数が多い。 ・高温時の着果率は、比較的良い傾向であった。

10/22撮影（4～5段目）



ひなた



TTM075



みそら64



桃太郎グランデ

考 察：「ひなた（MKS-T93）」の栽培特性は、「みそら64」と異なるが、指定品種に加わることでできる有望品種だと思われる。平成28年度は、拡大試験を実施し、秀品率や病害等を再度確認する。

同時に、高温時で定植直後に強いストレスを受けないようにするため、例えば、若苗から3寸苗変更、遮熱効果の高いマルチ（タイベック等）の使用、屋根に近い部分に溜まった熱気を抜く換気、遮熱効果のある（赤外線反射）被覆資材等の『暑さ対策』も再度見直す。

JA富里市 営農部 営農指導課 藤崎 綾子

こんにちは女性部です！

JA女性部は4月18日（月）、役員支部長会議を開催し、今後の活動や毎年行っている女性部視察研修会の行先等について話し合いました。今年も部員の皆様楽しんでいただけるような活動を行い、女性部を盛り上げていきたいと思ひます。

～今後の予定～

- ・ 6月9日(木) 『食農教育活動』
内 容：すいとん作り(浩養小)

以下の行事予定は、後日改めて部員の皆様にお知らせいたします。

- ・ 7月 第5週目 『食と農の活動』
内 容：テーブルマナー教室（洋食）
場 所：成田市内ホテル
- ・ 8月 第4週目 『趣味・文化の活動』
内 容：タオル・手拭い帽子作り
- ・ 9月 『女性部視察研修』
場 所：森永乳業工場（東京都）他



【これまでの活動の様子】



H27女性部視察研修会
(JA全農 営農・技術センター)



H25食と農の活動
(成田エクセルホテル東急)

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 石橋・藤崎）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)

学校給食を通じて地域農業を伝える

JAでは、子どもたちの健康を願ひ、学校給食へ地産農産物を提供してひます。また、職員が学校に出向ひて、地域農業の出前授業や、農家と子どもたちの交流の懸け橋になつてひます。子どもたちが地域の農業や食に関心をもち、地元を愛着を持つことが期待されてひます。



耕そう、大地と地域のみらい。



七味唐辛子



ラッキョウ



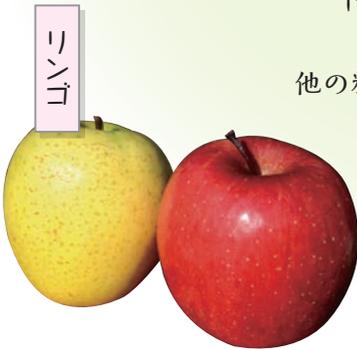
トマト

とっても簡単!

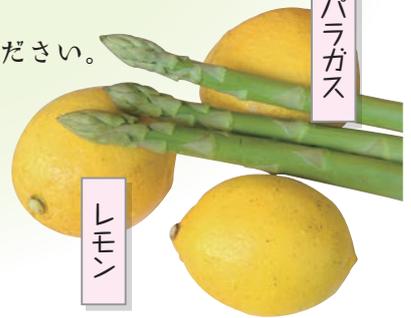
自家製 ドレッシングで おいしく野菜を食べよう

おいしい野菜をもっとおいしく食べたい。
そんな方に挑戦してほしいのが簡単自家製ドレッシング!
ドレッシングに合うサラダも併せて紹介します。
ドレッシングはサラダだけでなく、
他の料理でも応用できます。ぜひ、挑戦してください。

【レシピ制作】料理研究家 波多野充子



リンゴ



アスパラガス

レモン

Dressing X Salad

① ごまドレッシング

材 料	
白練りごま	大きじ3
しょうゆ	大きじ3
酢	大きじ3
蜂蜜	大きじ1
練りがらし	適量

- 作り方**
- (1) 白練りごまに酢を加え、スプーンで溶きのばす。
 - (2) (1)に他の材料を混ぜ合わせる。



いろいろ野菜のサラダ

材 料	(3人分)	作り方
カボチャ	140g	(1) カボチャは2cm角に切り塩少々(材料外)を振る。グリーンアスパラガスは根元の堅い部分の皮をむき、堅いはかまを除き2~3等分に切る。スナップエンドウの筋を取る。コウシンダイコンは薄切りにする。ダイコンとニンジン
グリーンアスパラガス	3~4本	
スナップエンドウ	5~6本	
コウシンダイコン	30g	(2) カボチャが軟らかくなるまで蒸す。その中にグリーンアスパラガス・スナップエンドウを加え2~3分、アスパラガスとスナップエンドウが鮮やかな緑色になったら火を止め取り出す。
ダイコン	50g	
ニンジン	50g	
赤パプリカ	1/4個	(3) 野菜を皿に盛り付け、ごまドレッシングを添える。

Dressing X Salad

② リンゴのドレッシング

材 料

リンゴ	1/2個
レモン汁	大さじ1
白ワインビネガー	大さじ1
EVオリーブ油	大さじ1
蜂蜜	小さじ1
塩	小さじ1/2
こしょう	少々

作 り 方

- (1) リンゴをすりおろし、レモン汁を加える。
- (2) 白ワインビネガー、蜂蜜、塩、こしょうをよく混ぜた中に(1)を加えて味を調整後、EVオリーブ油を混ぜ合わせる。



フレッシュサラダ

材 料

(2人分)

レタス3~4枚	トマト	1個
サニーレタス 3~4枚	ホワイトマッシュルーム	4個
ルッコラ 2株	レモン汁	少々

作 り 方

- (1) 水気を切り、よく冷やしたレタス類を手でちぎる。ルッコラとトマトは食べやすい大きさに切る。ホワイトマッシュルームは石突きを取り、縦薄切りにしてレモン汁を振る。
- (2) (1)を器に盛り付け、食べる直前にリンゴのドレッシングを掛ける。

Dressing X Salad

③ ラッキョウ入りドレッシング



材 料

しょうゆ	大さじ2
酢	大さじ2
ごま油	小さじ2
甘酢漬けラッキョウ	6個
甘酢漬けラッキョウの汁	大さじ2
ショウガ	少々
七味唐辛子	少々

作 り 方

- (1) ラッキョウは粗く刻む。ショウガはすりおろす。
- (2) ラッキョウの漬け方により味が異なるので、ごま油以外の材料を混ぜ合わせてから味を調整し、ごま油を混ぜ合わせる。

中華風サラダ

材 料

(2人分)

作 り 方

もやし	1袋
キュウリ	1本
サラダ菜	1/2個
生ワカメ (塩蔵)	12g
ミックスナッツ	適量

- (1) もやしはさっとゆでる。キュウリは縦半分にしてから斜め薄切り。サラダ菜は手でちぎる。ワカメは流水で塩を抜き、もやしをゆでたお湯にくぐらせてから

- 2~3cmに切る。ミックスナッツは袋に入れ、粗く砕く。
- (2) 野菜とワカメを器に盛り、食べる直前にラッキョウ入りドレッシングをあえ、ナッツを散らす。

JA富里市 休日ローン相談会開催!



平成28年 5月 21日(土)

AM9:00~PM3:00

場所: JA富里市 本店



住宅ローン・マイカーローン特別金利実施中!

JA富里市では、上記日時・場所にて住宅ローン（新築・中古購入・借換・リフォーム）、マイカーローン、教育ローン、その他ローンの休日ローン相談会を開催いたします!!

平日は仕事でJAに行けない!という方は是非この機会にご来店下さい!!

【お問合せ先】

JA富里市 本店 金融部 融資課

富里市七栄 652-225 TEL: 0476-93-2112

JA青年部員募集

JA青年部では、一緒に活動していただける仲間を募集しています。

現在71人の部員が在籍しており、講習会や視察研修会等を通して、知識を広げるだけでなく、情報交流の場となっています。

また、婚活事業の専門部の活動も行っています。

対象者は、JA富里市正組合員又はその家族で、18~40歳までの青年です。

富里の農業を盛り上げていきませんか!

富里スイカ倶楽部会員募集

富里スイカ倶楽部が青年部の専門部となりました。

富里スイカ倶楽部は、「富里スイカ」の今後を担う若い世代のみなさんに、幅広く栽培技術を伝え、富里ブランドを維持し、担い手を育成いくための組織です。

先進地視察や勉強会等を行い、技術はもちろん様々な知識を高めることもできます。

青年部員以外（女性も含む）の方も会員として参加できます。みなさんのご入会をお待ちしています!



【詳しいご入会のお問い合わせは…】

事務局 ☎93-5652 (指導課 齊藤まで)

お気軽にお問い合わせください。

☆年会費はそれぞれ2,000円となります☆



富里歌壇

県外の施設に移りし師を思い集いし幾人飛機見える部屋

黒田 照子

何を捨て何を糧にと生き来しと樹齡千年の椎の木仰ぐ

鳴田 さよ

町内の古き神社で先人の予安講守るいま時の嫁

秋葉 清子

雨晴れて庭に舞い飛ぶ花の渦今年もこの目で確かに見えた

立花 法子

柿の芽の緑が少し目立ち来てさのうとちがう風の匂えり

中川キヨ子

またひとり去りゆく友よ何故なぜに吾のみ拒む

あま三瀬川 坂口 典子

黄の細きはなびら弾けたやふに咲き山茶萼はなにを怒りてみるや

古川 芳子

薄墨桜ゑがきにゆけよと言ひくれしは十五年前か

花とき過ぎぬ 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。

☆☆☆☆☆☆ 6月のあなたの運勢 ☆☆☆☆☆☆

<p>山羊座 【全体運】 心理的に不安定になりやすい月。不平不満や愚痴が増え、運を落とす結果に。笑顔キープが好運の鍵になります 【健康運】 ストレッチを習慣にすると体調に好影響 【幸運を呼ぶ食べ物】 シソ</p> <p>12/19 1/22 5</p>	<p>天秤座 【全体運】 行動力がアップする時期。過去に駄目だったことへの再トライも成功率は高め。海外に興味を持つのもラッキー 【健康運】 食生活の見直しを。栄養バランスが大事 【幸運を呼ぶ食べ物】 トマト</p> <p>9/23 10/23 5</p>	<p>蟹座 【全体運】 気配り上手を目指すことで、つきが巡ってくる星回り。持ち前の面倒見の良さを生かして。鏡を磨くのも開運に 【健康運】 何か運動を始めると、上達が早く刺激に 【幸運を呼ぶ食べ物】 アズキ</p> <p>6/22 7/22 5</p>	<p>牡羊座 【全体運】 フットワークが軽くなりそう。興味のあることには、意欲的にトライしてみましょう。旅行も大賛成！ 【健康運】 小まめに運動すると、体力アップ効果大 【幸運を呼ぶ食べ物】 エダマメ</p> <p>3/20 4/21 5</p>
<p>水瓶座 【全体運】 気の合う仲間たちとにぎやかに過ごすのに良い期間。レジャーを満喫することで、自然と運も上向くはず 【健康運】 笑いのある生活がストレス解消の秘訣(ひけつ)に 【幸運を呼ぶ食べ物】 アナゴ</p> <p>1/20 2/20 5</p>	<p>蠍座 【全体運】 物事を悪い方に考えてしまいがち。意識的にプラス思考を心掛けて。ヒーリング音楽を聴くとリラックス効果大 【健康運】 疲労をため込まないよう、休息が必須 【幸運を呼ぶ食べ物】 サンショウ</p> <p>10/22 11/24 5</p>	<p>獅子座 【全体運】 人脈を広げるチャンスです。飲み会やレジャーの誘いには気軽に応じて。美術館巡りも良い刺激に 【健康運】 うっかりしがち。慎重な行動を心掛けて 【幸運を呼ぶ食べ物】 ピーマン</p> <p>7/22 8/23 5</p>	<p>牡牛座 【全体運】 部屋の片付けをしたり、趣味や好きなことを楽しんだり、ゆったり過ごして。じっくり情報を集めるのに最適 【健康運】 自然体が一番。徹夜などの無理は避けて 【幸運を呼ぶ食べ物】 オクラ</p> <p>4/21 5/21 5</p>
<p>魚座 【全体運】 ささいなことでいらいら気味。周囲の欠点に目が行きやすいので、長所を見るようにして。気晴らしには料理が吉 【健康運】 スポーツを楽しむことで体の調子アップ 【幸運を呼ぶ食べ物】 シシトウ</p> <p>2/19 3/19 5</p>	<p>射手座 【全体運】 コロコロ意見を変え、印象ダウンを招きやすいかも。気まぐれな言動は厳禁です。運気回復には花を飾るのが◎ 【健康運】 不規則な生活リズムを改善すれば、好転 【幸運を呼ぶ食べ物】 サクランボ</p> <p>11/21 12/23 5</p>	<p>乙女座 【全体運】 自分の殻に閉じこもりやすくなる気配。周囲の意見に耳を傾け、柔軟性を発揮しましょう。読書で気分転換を 【健康運】 有益な健康法を発見。元気に過ごせそう 【幸運を呼ぶ食べ物】 ミヨウガ</p> <p>8/22 9/23 5</p>	<p>双子座 【全体運】 新しいことを始めるのに向いています。温めていたプランを実行に移してみよう。未体験ジャンルでも成功の兆し 【健康運】 オーバーワークにご用心。ほどほどが正解 【幸運を呼ぶ食べ物】 イワシ</p> <p>5/21 6/22 5</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)

石井翔馬くん(1歳6ヶ月)



今回は大堀地区の石井さんのお宅に伺いました。翔馬くんはかけっこが大好きな男の子。取材時も笑顔いっぱい庭や畑をかけ足で案内してくれました。

家では、子ども番組で人気の体操“ブンバボン”を踊ったり、ブロックを上手に積み重ねて遊んでいるそうです。

好きな食べ物は、大根のみそ汁やおでんの大根。

納豆も大好きでごはんをよく食べるそうです。

この日は端午の節句の鯉のぼりを揚げたおめでたい日。大空高く舞う鯉のぼりのように、元気で丈夫な子どもに育ててほしいとご両親は話していました。

【父：康平さん】 【母：千秋さん】

※ 東美の里では表紙に出てくださいな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



母子健康手帳

公益社団法人母子保健推進会議会長 ● 荖野 悟郎

現在の母子健康手帳の制度が始まったのは、戦後すぐの1948(昭和23)年です。そのころに生まれた人は約70歳です。初めは母子手帳と呼ばれ、この手帳で育児用品の配給や健診を受けることができました。世界でも初めての試みで、近年は海外でも日本のような母子手帳が利用されています。

この手帳は妊娠の診断を受け届け出ると交付されます。まだ見たことのないおなかの赤ちゃんと一緒にの手帳なので、新ママの将来に向けての夢はひとしおでしょう。

母子健康手帳には、妊娠・出産・育児の経過で母子の健康状態や検査結果などが記録されています。また母子保健の情報のページがあるので身近に置くようにしましょう。

赤ちゃんは、生まれたときの体重はそれぞれ異なり、その後の成長にも個人差があります。乳の飲み方にも、歩き始めの時期にも差があるので、ママにとっては心配

になることがあります。しかしそれらのことは個人差として健康に育っていくことが多いものです。いろいろな心配事は尽きませんが、時が過ぎてしまえば忘れてしまうことが多いものです。わが子の歴史として、母子健康手帳を残しておくことをお勧めしたいと思います。

手帳に空欄が設けられているので、乳を飲まないで心配したときは、そのことをちよっと書き留めておきます。そのうち書いたことも忘れて何日もたつてそれを見て、このくらいのことでは心配なかったのだと勉強になります。

ある女子学生の講義で、自分の母子健康手帳を持参してもらいました。みんなそれぞれ感想がありました。ある学生は手帳を見て涙ぐんでいました。そこには「昨夜はどうしても寝てくれなかったので、最近やめた母乳を飲ませたら、すぐ眠ってしまった」とありました。



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)
ふじた あやか
藤田 彩佳

趣味 映画鑑賞
血液型 A型
仕事への意気込み
日々成長できるよう
頑張ります！



融資課
さいとう しょうた
齋藤 翔太

趣味 サッカー
血液型 A型
仕事への意気込み
ミスを起こさないよう
に頑張ります。



直販開発課
あいかわ さだはる
相川 貞治

趣味 ドライブ
血液型 B型
仕事への意気込み
頼まれた事をしっかりと
やり遂げ、信頼される職
員になりたいと思います。



直販開発課
ゆくはし けんた
行橋 健翔

趣味 サッカー観戦
血液型 A型
仕事への意気込み
皆様に信頼される職員
を目指し、日々努力し
てまいります。

— 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。 —

JAおすすめの逸品！ 情熱カレー

JA富里市が豚肉、JA山武郡市がタマネギ、JA千葉みらいがニンジン、JAきみつがジャガイモを提供。
これぞ「地産地消(千産千消)」な情熱カレー。大きな具材をたっぷり使用し、レトルトとは思えない本格的
なおいしさです。1人でも多くの方に情熱カレーを知っていただきたい。情熱をもっておすすめします！



忙しいこの時期、お昼はカンタン
おいしく情熱カレーで決まり!!
主婦の強い味方です。



1パック(210g) **210円**(税込)

甘口・中辛・辛口の3種類

手みやげや贈り物にも！

5パック入**1,050円**(税込) 手提げ箱もご用意
(お好きな味をお選びいただけます。)

JA産直センターで好評販売中！！





料理研究家 波多野充子

ペンネアラビアータ・アスパラ風味

1食当たり約 485kcal



アラビアータとは、トマトソースに赤唐辛子の辛味を利かせたソースで、語源は「怒りん坊」とか。トマトの酸味と唐辛子の辛味がおいしさの秘訣(ひけつ)なので、あまり火を通さず12～13分で出来上がるのもうれしいパスタ。アスパラガスの色と香りもお楽しみください。

- 材料(2人分)
- ペンネ.....160g
 - トマト水煮缶.....1個
 - ニンニク.....1片
 - 赤唐辛子.....1本

- グリーンアスパラガス.....3～4本
- ブラックオリーブ.....6粒
- EVオリーブ油.....大さじ2
- 塩.....適量

作り方

- (1) ニンニクは芯を除き粗みじん切り、赤唐辛子は種を除き細切り、グリーンアスパラガスは根元の堅い部分の皮をむき3～4等分にする。種なしのブラックオリーブを輪切りにする。
- (2) フライパンにトマトを手でつぶしながら入れ、ニンニク、赤唐辛子、EVオリーブ油大さじ1を加え中火で煮る。グツグツし始めたたらオリーブを加えて弱火で

煮る。甘味が出てきたら、塩少々とグリーンアスパラガスを加え火が通ったらソースは完成。煮詰まり過ぎた場合は、ペンネのゆで汁を加える。

- (3) (2)と同時に、たっぷりのお湯に塩を入れ表記の時間でペンネをゆでる。
- (4) ゆで上がったペンネを(2)に入れて手早くソースとあえ、EVオリーブ油大さじ1を絡めて火を止め、熱々をいただく。



紙包み焼き

1食当たり約 276kcal

オープンペーパーでうま味や香りを閉じ込め、開けた瞬間に広がる香りも絶品な一皿です。中は密封されるのでお魚はふんわり軟らかに仕上がります。鍋いらずで後片付けも楽なクイック料理。おいしいスープもパンなどに付けて忘れずにお召し上がりください。

- 材料(2人分)
- タイの切り身.....2切れ
 - アサリ.....6粒
 - セロリ.....1/2本
 - ピーマン.....2個
 - エリンギ.....1本

- ミニトマト.....6個
- ケーパー.....小さじ1
- レモン.....1/2個
- 白ワイン.....大さじ4
- EVオリーブ油.....大さじ2
- 塩・こしょう.....適量

作り方

- (1) タイは塩、ワイン少々を振っておく。アサリは砂出し後、よく洗っておく。
- (2) セロリは筋を除き、大きめのざく切り。ピーマンは縦4等分。エリンギは薄切り。ミニトマトは半分に切る。
- (3) 30cm×40cmのオープンペーパーの中央より手前にタイを置き、その上に(2)の野菜とアサリを載せる。

- (4) 塩、こしょう、ケーパー、白ワイン大さじ2、EVオリーブ油大さじ1を加える。
- (5) ペーパーを向こうから手前に折り、2枚を合わせて数度しっかりと折り、左右も折り込みながら密封する。
- (6) オープンを220度に温め、(5)を入れ10～12分ほど焼く。
- (7) 器に載せてペーパーを開き、レモンを搾っていただく。

3月末の事業実績

貯金残高	20,511,893千円
貸出金残高	6,111,786千円
長期共済保有高	97,450,140千円
販売品販売高	1,534,644千円
直売所売上高	108,880千円
購買品供給高	448,568千円
出資金	579,358千円
組合員数	2,970人
(正組合員：1,774人／ 准組合員：1,196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。	

取材でスイカ生産者の方の畑へおじゃまする機会がありました。天候や気温に大きく左右される作業。「30分が命取り。」トンネルの換気作業の遅れですべてが台無しになることを、恥ずかしながら知りませんでした。JA職員として現場を知ることの大切さを教わった一日でした。

(玉)

編集後記

1. ディスクロージャー誌2016について
2. 組合の機構変更について
3. 経理規程の一部変更について
4. 販売業務規程の一部変更について
5. 農業倉庫業務規程の廃止及び保管業務規程の制定について
6. 農産物検査業務規程の改正について
7. 余裕金運用規程の一部変更について

理事会メモ

平成28年4月25日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。

