

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2024

# 東美の里

4

月号

No.533

TOMINOSATO

特集：毎日の果物でもっと健康に



## CONTENTS

第76回通常総会ほか	P2・3
営農情報	P4
特集	P6・7
富里俳壇	P9
シェフ永井のおすすめ	P12



 JA富里市



# 第76回通常総会を開催



議長を務めた田回榮一前理事

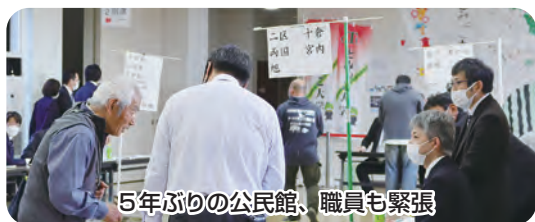
J A 富里市は3月30日(土)、富里市中央公民館で第76回通常総会を開きました。

従来型での開催は5年ぶりとなり、正組合員326人(本人出席233人、代理人出席93人)に出席いただいたほか、853人に書面議決書を提出いただき、無事総会は成立しました。

慎重審議の結果、提出議案7件と附帯決議のすべてが原案通り可決・承認されました。



退任される役員の皆様



5年ぶりの公民館、職員も緊張

## 第1号議案

定款の一部変更について

## 第2号議案

令和5年度事業報告及び剰余金処分案の承認について

## 第3号議案

令和6年度事業計画の設定について

## 第4号議案

令和6年度における理事及び監事の報酬について

## 第5号議案

退任理事に対する退職慰労金の支給について

## 第6号議案

退任監事に対する退職慰労金の支給について

## 第7号議案

役員を選任について

事業目標の達成に向け邁進してまいりますので、組合員の皆様につきましては、引き続きご協力をお願い申し上げます。

### 選任役員

代表理事組合長

常務理事

常務理事

理事

理事

理事

理事

理事

理事

理事

代理監事

監事

監事

役員

役員

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

根本 治男

川嶋 勇治

高山 嘉美

小泉 克賢

相川 文一

平野 誠

出山 芳文

塩野 雅幸

杉本 芳子

秋元 和隆

尾崎 明美

相川 勝雄

鈴木 儀

布施 薫

田口 榮一

吉田 光隆

島田 友江

田村 治郎

西原 俊雄

江西 雄

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

前代

### 永年勤続表彰

#### 〔30年勤続〕

萩原 隆

岡本 尚也

佐々木 崇弘

唯 剛

伊藤 朝子

#### 〔10年勤続〕

### 特別功労表彰（紅綬）を受賞

全国農業協同組合中央会（JA全中）は3月8日（金）に臨時総会を開き、その席上で、令和5年度優良組合表彰並びに功労者表彰が行われ、当JAの根本実組合長が特別功労表彰（紅綬）を受賞しました。

今回の受賞は、農業協同組合の発展に貢献し、その功績が認められたもので、令和5年度は全国で4JAと100名の個人（紫綬2名、紅綬33名、緑綬65名）が表彰されました。  
根本組合長は「今後も組合員の皆様と力を合わせ、富里農業の発展に尽力してまいります。」と話しました。



表彰状を手にする根本組合長

### 女性部 葬儀マナーを学ぶ



笑顔がこぼれるひとときも

JA女性部は3月27日（金）、虹のホール富里で葬儀に関する勉強会を開きました。  
勉強会は、JAライフちばの協力のもと、フラワーアレンジメント体験、葬儀マナー講習、仕出し弁当の試食が行われまし  
た。  
部員19人が参加し、参加者は思い思いの感性で花を飾り付けたほか、葬儀の際の服装に関する質問をするなど、有意義な時間を過ごしました。



### 健康ウォーキング抽選会

富里健康ウォーキング普及推進会は3月13日（水）、富里市120万歩健康ウォーキング事業「チャレンジ！とみさと健康ウォーキングキャンペーン」の抽選会を開催しました。

この日は根本実組合長が参加し、五十嵐博文市長とともに抽選を行いました。

JAは富里産野菜セット10名分を提供。産直センタースタッフが富里の旬を厳選しました。



行政と連携し市民の健康をサポート



### 農畜産物商談会



JA富里市の商談ブース



会場内の様子

JA販売課では2月28日（水）と29日（木）の2日間、都内で開催された第18回JAグループ国産農畜産物商談会に参加しました。  
同商談会はJA全農とJAバンクが主催。販売課では加工用野菜を中心に各社バイヤーに提案しました。  
今後も生産者の手取り増大と販路拡大や有利販売に向けた提案と商談に努めてまいります。



トピックス



2 飢餓をゼロに



3 すべての人に健康と福祉を



8 働きがいも経済成長も

農作業シーズン到来！安心して農作業を行っていただくために。

# JAの農作業中傷害共済



## お手頃な掛金で大きな保障！

JAの農作業中傷害共済なら、ご加入者の方はもちろん、その親族・雇用者がご加入者の農作業従事中の事故で死亡されたり、ケガされたときに共済金をお支払いします。

また、0歳～99歳までご加入いただけます。

農業用機械の大型化、高性能化による機械操作の不慣れや不慮の事故が年々増加しています。

万一の事故に備えて、農作業中傷害共済の加入をおすすめします。

(ご注意:家庭菜園での作業は農作業に含めません。)

ご契約例  
0～69歳

【農作業中傷害共済】死亡共済金額300万円 部位・症状別治療共済金額3,000円  
《共済掛金》12,660円 1農家(個人)加入 共済期間1年 1記名被共済者につき

死亡のとき	死亡共済金	300万円	災害を受けた日から、200日以内に死亡したとき
後遺障害のとき	後遺障害共済金 障がいの程度に応じて	300万円～15万円	災害を受けた日から、200日以内に所定の第1級～第10級の後遺障害の状態になったとき
	重度後遺障害費用共済金 障がいの程度に応じて	60万円または30万円	災害を受けた日から、200日以内に所定の重度後遺障害の状態になったとき
治療または手術を受けたとき	部位・症状別治療共済金	部位・症状に応じて 36万円から1.5万円 (部位・症状別治療共済金額×120倍～5倍)	災害を受けた日から、200日以内に入院したとき、あるいは入院しない場合で5日以上の通院をしたとき
		6,000円 (部位・症状別治療共済金額×2倍)	上記に該当しない場合で災害を受けた日から、200日以内に5日未満の通院をして治療または手術が完了したとき

共済期間1年 被共済者数が1～9名の場合

(令和5年4月1日現在)

加入年齢	死亡共済金額	部位・症状別治療共済金額	掛金
0歳～69歳	300万円	3,000円	12,660円
	1,000万円	5,000円	27,900円
70歳～80歳	500万円	2,000円	12,520円
81歳～99歳	50万円	2,000円	6,400円

### 農作業中 傷害共済掛金例

※年齢によって加入限度がありますのでご注意ください。

※加入年齢が81歳から99歳の方と集団契約(10名様以上)の場合、または記名被共済者限定特約を付加した場合の共済掛金は異なります。

### 次の方はご加入できません(詳細は窓口まで)

- 年齢が100歳以上のとき
- 法人の代表者が記名被共済者となる契約 ※
- 組合員以外の個人契約 ※

※記名被共済者限定特約を付した場合は除きます。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧下さい。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧下さい。

【23129990089】



### 【お問い合わせ先】

JA富里市共済課 TEL0476-93-2112  
JA富里市営農部営農指導課 TEL0476-93-5652

## 土地利用についてお困りではないですか？

税務・不動産に詳しい者がお話を伺います。

### 《無料相談会》

日 時：5月14日(火) 9時から12時

場 所：JA富里市本店 1階特設会場

※正面玄関からお入りください。職員がご案内します。

〈予約は不要です。直接お越しください。〉

主 催 JA富里市資産管理部会

お問合せ先 JA富里市購買生活課 0476-93-5651

JAインフラオレーション



## JA葬祭

# 事前相談会&見学会

虹のホール富里にて  
月2回開催しております

開催予定日：5月12日(日) 5月30日(木)

開催時間：10時～14時



## JA虹の友 会員募集中

詳しくはこちら



入会金

3,000 円

入会  
のみ

JA富里市 購買生活課 ☎0476-93-5651

JA葬祭 ☎0120-580-983



特集

栄養バランスを整えよう

# 毎日の果物で もつと健康に

私たちに身近な果物にはビタミンやミネラルなど  
体に良い成分がたっぷり！  
毎日食べて、健康増進に役立てましょう。

## 朝食に果物を取りましょう！

1日のスタートに  
速やかに栄養補給！

活力ある1日を送るためにも、朝食に果物を食べましょう。睡眠中に消費された有効成分やブドウ糖を速やかに補給できます。果物に含まれるビタミンは体調を整え、果糖やブドウ糖は体内に吸収されやすく、エネルギー源になります。

果物には水分や爽やかな食感を与える有機酸も多いため、朝に食欲が湧かない人でも食べやすく、食欲増進にも役立ちます。

時間のない朝に手軽に食べやすいという点も果物の魅力です。

注目の栄養素

ベータクリプトキサンチンとは

ヒントはミカンを食べると  
手の平は何色に？

ベータクリプトキサンチンは、ミカンに多く含まれる色素で、体内でビタミンAに変換されるプロビタミンAの一つです。ミカンを食べたときに手を黄色くする色素でもあります※。ビタミンAは目や皮膚を健康に保つ働きがあり、ベータクリプトキサンチンにも同様の効果があります。最近の研究結果では、血中のベータクリプトキサンチンの濃度が高い女性ほど、閉経後の骨密度が高いということが分かりました。その他、肝機能保護効果や動脈硬化、糖尿病の予防にも役立つことが分かっています。

※手が黄色くなる度合いには個人差があります。



果物は  
ダイエットの敵!?

食べ方・選び方で  
健康的に

果物は甘いものが多く、ダイエット中の人は食べない方がよいと思われるかもしれませんが、確かに、果物は甘さが魅力ですが、高カロリーというわけではありません。菓子類のようにカロリーが高い脂質はほとんど含まれていません。

果物は大部分が水分であり、ビタミン・ミネラル・食物繊維など体に必要な栄養も含まれています。適量を食することで上手にダイエットに取り入れることができます。

## アスリートを 果物がサポート

運動時のエネルギー  
補給にも

スポーツした後の水分補給は必須。加えて、失われたエネルギーとビタミン、ミネラルも欲しいところです。それらを速やかに一度に補給できるのが果物です。果物が疲労回復促進をサポートします。激しい運動を行うと体内に活性酸素が増えるといわれますが、果物に含まれるビタミンCやE、ポリフェノール類には抗酸化作用があることも分かっています。生の果物はもちろん、果汁100%のジュースを飲むのも良いでしょう。

イラスト：小林裕美子



特 集

### 「毎日くだもの200グラム運動」とは

果物を毎日たくさん(200g)食べて健康な体づくりを目指す運動のこと。果物にはビタミン・ミネラル・食物繊維など、体に必要な栄養が豊富に含まれるため、毎日果物を食べて、バランスの取れた食生活を送ることを提案しています。

### ≡ 果物200gってどれくらい? ≡



ミカン 2個



リンゴ 1個



バナナ 2本



キウイフルーツ 2個



柿 大きめ1個、  
小さめ2個



桃 大きめ1個、  
小さめ2個



夏ミカン 1個



伊予カン 1個



ブドウ(巨峰など大粒)  
1/2房



梨 1個

※出典:「毎日くだもの200グラム運動指針」(8訂版)

参考:公益財団法人 中央果実協会  
<https://www.japanfruit.jp>

## 肌を健やかに保つ 栄養素がたっぷり

上手に取り入れて  
美肌を目指そう!

果物には便秘を解消する働きがある食物繊維や、肌に欠かせないビタミンが豊富に含まれています。中でも多く含まれるビタミンCは、肌を黒くするメラニン色素の形成の進行を抑える働きがあり、美白に有効とされています。肌の維持に関係するコラーゲンを形成するためにもビタミンCは欠かせません。ビタミンCは水溶性で加熱に弱いので、そのまま食べられる果物は特にオススメです。栄養バランスを崩しがちな現代人の食生活に積極的に取り入れたいですね。

## 糖尿病や 脂質異常症などの 生活習慣病を予防

健康に欠かせない栄養素が  
効率よくとれる

果物は比較的血糖値を上げにくい食べ物といえます。果物に含まれる食物繊維は、急激な血糖値の上昇を抑制する作用があります。適量の果物を食べる人は、血液中の中性脂肪の含有量が正常化され、生活習慣病のリスクが低いことも明らかになっています。

## 旬の果物を 五感で楽しもう!

酸味や甘味、フレッシュな  
香りと色のパワー

果物を食べたときに感じる酸味は有機酸で、爽やかな清涼感があります。おやつに高カロリーなスイーツをとるよりも、果物ならば罪悪感なく食べることができます。また、果物によって旬を迎える時期が異なり、それぞれの特徴を五感で楽しめます。精神的なストレスにさらされがちな現代人にとって、果物の持つ甘みと酸味、香りの豊かな果物は心理的な健康状態にも良い影響があると考えられます。

## 大型連休中の購買店舗と機械センターの営業日のご案内

月 日	購買店舗 / 機械センター
4月26日(金)	通常営業
4月27日(土)	午前のみ営業
<b>4月28日(日)</b>	<b>休 業</b>
4月29日(月)	休 業
4月30日(火)	通常営業
5月 1日(水)	通常営業
5月 2日(木)	通常営業
<b>5月 3日(金・祝)</b>	<b>休 業</b>
<b>5月 4日(土・祝)</b>	<b>午前のみ営業</b>
<b>5月 5日(日・祝)</b>	<b>休 業</b>
<b>5月 6日(月・振休)</b>	<b>休 業</b>
5月 7日(火)	通常営業

### 定期人事異動

定期人事異動を令和6年4月1日付で発令しました。内容は以下のとおりです。今後どうぞよろしくお願いいたします。

動  き	氏  名	新 任 部 署	旧 任 部 署
異動	田口 隆史	債権保全室次長	金融部次長(共済課課長兼務)
異動	上原 隆之	金融部共済課課長	総務部総務課課長
異動	根本 賢明	総務部総務課課長	金融部融資課課長
昇格	木川 貴弘	購買生活部購買生活課課長	購買生活部購買生活課課長代理
昇格	佐々木崇弘	金融部融資課課長代理	金融部融資課係長
昇格	堀越 雄一	営農部販売課係長	営農部販売課
異動・昇格	木村 円	営農部電算課係長	金融部融資課
異動・昇格	仁浜 有紀	金融部融資課係長	金融部金融課
昇格	高橋 篤史	営農部販売課係長	営農部販売課
異動	大川 礼	金融部金融課	営農部販売課
新採用	大木 綾乃	金融部金融課	
新採用	小倉 和将	購買生活部購買生活課(機械センター)	
新採用	三橋 諒大	購買生活部購買生活課	
新採用	永沼 快斗	金融部共済課	
新採用	岩間 仁志	営農部産直事業課	
新採用	生出 希空	営農部販売課	
新採用	江口 季也	営農部販売課	

3月30日付人事異動 退職 債権保全室次長 相川 勝雄 お世話になりました





# 富里俳壇

日を捉へ野山いきいき風光る  
 梅一輪小さく吟じる「東風吹かば」  
 梅が香も水漬ぐとときに鯉群れる  
 舫ひ網替へし釣舟水温む  
 如月の深き残照フオーレ聴く  
 持ち寄りの酒能く利いて花の宴  
 窓開けて風の洗礼浅き春  
 官女雛少し黄ばんだお召物  
 啓蟄のやうやく動かす鎌の先  
 何ごともしやえて得たこと白湯すすする  
 恋猫の男前なる顔をして  
 卒業す踏み出す一歩雨の朝  
 正確に素手のこだはり苗作り  
 種子下ろしはづむ掌百粒に  
 蓄また啄む鳥や涅槃西風

長野 芳枝  
 須藤ちづ子  
 古川 一步  
 水野 俊徳  
 小林 昭治  
 寒郡 政雄  
 澤田とき江  
 高橋 文江  
 樋口 寧子  
 友光 勝  
 稲毛 信子  
 迎田 正子  
 秋葉 紅陽  
 山本 和子  
 鈴木 遊琴  
 南陽俳句会

## 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。

## ★★★★★ 5月のあなたの運勢 ★★★★★

### 山羊座

【全体運】難しい問題はあるものの一つづつ解決していくことで達成感を得られます。追い風が吹くときなので諦めないで  
 【健康運】バランス運動を取り入れて。転倒やけがを予防  
 【幸運の食べ物】ニラ

### 水瓶座

【全体運】運気は次第に勢いを取り戻します。状況が変わってくるのを待つのも良い方法。頭の中を整理してみましょう  
 【健康運】散歩やハイキング、景色を楽しみながら体を動かして  
 【幸運の食べ物】ゴゴミ

### 魚座

【全体運】高め安定運へと移行します。やるべきことがはっきりしてきて動きやすくなります。目標を決め優先順位を付けて  
 【健康運】食事はよくかんで。肥満や虫歯予防の効果も  
 【幸運の食べ物】ルッコラ

### 天秤座

【全体運】周囲からの視線が気になりそう。八方丸くは取まらないので妥協点を見いだして。1人で背負い込み過ぎないように  
 【健康運】適度な運動とバランスの良い食事が味方  
 【幸運の食べ物】ゼンマイ

### 蠍座

【全体運】注目されて大変そうですがメリットもあります。やりたいうことをアピールして。力を貸してくれる人が現れるはず  
 【健康運】発酵食品を取るよう心がけて。デトックスも◎  
 【幸運の食べ物】ナガイモ

### 射手座

【全体運】整理整頓を心がけて。掃除に力を入れると人間関係も整ってきます。去る者は追わないことも大切。連絡はまめに  
 【健康運】ランニングなど有酸素運動で心肺機能を高めて  
 【幸運の食べ物】ニンニク

### 蟹座

【全体運】ちょっとした発見がうれしい月。趣味や友人との時間を増やして。豊かな時間を過ごせます。技能習得の勉強が吉  
 【健康運】頑張り過ぎはけがのもと。休憩を入れてリフレッシュ  
 【幸運の食べ物】キクラゲ

### 獅子座

【全体運】やりがいは感じられるものとても忙しそう。スケジュールを調整し仕事と遊びのバランスを取ると爽やかな月に  
 【健康運】スポーツを楽しんで。ハードなトレーニングもOK  
 【幸運の食べ物】サンショウ

### 乙女座

【全体運】視野が開け、困り事は解決へと向かいます。人の意見を取り入れて。違う発想で動けば良い展開が待っているはず  
 【健康運】睡眠はしっかり取って。ホルモンバランスに留意を  
 【幸運の食べ物】グリンソウ

### 牡羊座

【全体運】あれもこれもと気がせきがち。行動力に恵まれています。全部行うのは大変。クオリティを保てる範囲に絞って  
 【健康運】筋力アップのチャンス! 頭痛、歯痛は早めに対処を  
 【幸運の食べ物】シイタケ

### 牡牛座

【全体運】非常に勢いがあります。無理が通るときなので、よく考えて行動を。周りへの配慮が幸運を招きます。外食が吉  
 【健康運】音楽鑑賞でリラックス。ハーブティーもお勧め  
 【幸運の食べ物】新ゴボウ

### 双子座

【全体運】観劇やコンサートを楽しめます。友人と出かければ会話が盛り上がり、仲も深まりそう。仕事は下旬から効率アップ  
 【健康運】友人と一緒に話題の健康法を試してみても  
 【幸運の食べ物】カブ



ふれあいひろば



## 有害鳥獣被害状況について

獣別農作物被害額 (単位：千円、累計は昨年4月から)		
	3月中	3月末累計
アライグマ	0	82
ハクビシン	0	344
タヌキ	0	0
イノシシ	26	33
ノネズミ	0	0
カラス	0	298
合計	0	760

捕獲頭数 (累計は昨年4月から)		
	3月中	3月末累計
アライグマ	6頭	72頭
ハクビシン	2頭	24頭
タヌキ	2頭	32頭
イノシシ	0頭	0頭
アナグマ	0頭	0頭
カラス	1羽	77羽
合計	11頭	205頭



アライグマ被害のスイカ(過去の写真) アライグマ被害のトウモロコシ(過去の写真)

- ◎イノシシ目撃情報 0件：
- ◎イノシシ足跡・痕跡等 0件：
- ◎イノシシによる被害 0件：

【参考】山武市との行政界付近でのイノシシ捕獲頭数累計44頭  
【令和6年3月末累計】

<情報提供元> 富里市有害鳥獣被害防止対策協議会事務局

### 情報の提供をお願いします

有害鳥獣による農産物被害の軽減を図っていくためには、皆さまからの情報が重要になります。鳥獣の足跡や被害(小さな被害でも構いません)を見つけたら、下記までご連絡ください。地域一丸となって鳥獣害対策に取り組んでいきましょう！

【連絡先】 富里市有害鳥獣被害防止対策協議会事務局(富里市農政課) TEL: 0476-93-4943  
JA富里市営農指導課 TEL: 0476-93-5652

## 《金融営業課からのイチオシ情報！》



皆様のご家庭に保障点検に伺います！  
農協のことならなんでも、気軽にお声掛けください！

### 【4月のおすすめ情報】

#### ◎ JA の共済でご準備しませんか？

・まとまった資金でご加入しやすい

一生の万一保障 **一時払終身共済**

一生にわたって介護の不安に備える

**一時払介護共済**

共済加入による様々なメリットがございます。

◎共済金のお支払いに関する相談もライフアドバイザーが詳しくご案内します！

◎もしもの時に備えて、契約内容を確認しませんか？

ご相談は下記までお気軽にお問い合わせください。

【お問合せ先】 金融営業課 TEL:0476-93-2112

# 農ライフ

## 〜農に生きる〜

富里は豊かな恵みに富み、その恵みの数だけ生産者の想いがあります。農業にこだわり、農業に懸けるみなさんをこのコーナーで紹介していきます。

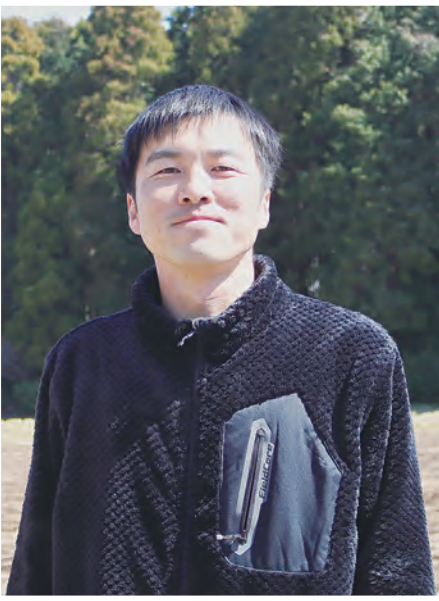
### 今月の生産者さん

## 秋葉 利昭さん

(立沢地区)

#### PROFILE

秋葉さんは大学卒業後22歳で就農し12年目。人参、白菜、トウモロコシなどの野菜3ha、水稲5haを栽培している。趣味はスポーツと旅行。歯医者に2か月おきに通う健康オタク。



ふれあいひろば

### 教師より農業が性に合っていた

秋葉さんは大学で社会科の教員免許を取得したものの、卒業後教師にはならず農業の道を選択。就農から12年目の今年から経営を任せられました。農作物は市場出荷のほか、直売所やスーパーで販売しています。



今も毎日作業場に立つ祖母と

### 祖母 良子さんの教えを胸に

単身化や多様化が進む家族形態での需要を見込み、10年程前からミニ白菜と朝採りのトウモロコシに注力しています。作りこなすまでに多くの失敗をしたそうですが、93歳の祖母 良子さんの「10年後に大きな失敗をしないように、今のうちに小さな失敗をたくさんしなさい」「栽培に失敗したら、自分の身代わりになってくれたと思いなさい」という言葉に背中を押され試行錯誤し、最近ようやく手応えを感じられるようになったそうです。祖母の教えは農業に留まらず、人生に大きな影響を与えていると言います。

### 情熱的で子煩悩、底知れぬパワー

困った時は近隣の先輩方によく相談するそうで「富里は農業のレベルが高い。その中で成長することが商機の広がりにつながる」と話し、諸先輩への敬意も忘れない。また農業もプライベートも体が資本であると自らと家族の健康を大切にしており、異変を感じたら迷わず病院に直行します。

そして毎週土曜日には必ず休みを取り、子ども達と過ごすという子煩悩な一面も。

今後は「圃場で収穫体験を実施したい」とそうで、そのモニターとして友人を畑に呼んだり、息子の保育園の畑管理を通し、子どもが収穫しやすいように作る工夫を学んでいるそうです。

農業に家族に全力で向き合う秋葉さんの農ライフはまさにパワフル。秋葉さんの優しい笑顔の奥には強い決意が感じられました。



息のあった袋詰め作業



出荷終盤を迎えていたニンジン



シェフ永井の  
おすすめ

永井智一（ながい・ともかず）  
茨城県笠間市にある  
「天晴（旧キッチン晴人）」  
オーナーシェフ



## カニ玉春の野菜あんかけ

### ◆作り方

- (1) カニ玉を作る。ボウルに卵を割り、ほぐしたカニカマを入れ塩で味を調える。フライパンにサラダ油を熱し、強火で箸で混ぜながら半熟ほどで火を止め皿に盛り付ける。
- (2) 野菜あんを作る。フライパンにCを入れ、弱火で香りを出す。Aを入れて沸騰させ、Bを入れ2分ほど煮込み、水溶き片栗粉でとろみを付け、ごま油を鍋肌から回し入れる。
- (3) カニ玉に野菜あんをかけて出来上がり。

### ◆材料（4人分）

- カニ玉 卵…4個  
カニカマ…4本  
サラダ油…大さじ2  
塩…1つまみ
- 野菜あん  
A 中華スープ…400ml  
料理酒…大さじ2  
しょうゆ…大さじ1  
塩・こしょう…1つまみ  
ごま油…大さじ1  
水溶き片栗粉…大さじ3  
B むきアサリ…100g  
C ニンジン(千切り) …1/3本  
タケノコ(細切り水煮) …50g  
乾燥細切りキクラゲ(水で戻しておく) …10g  
グリーンピース …20粒ほど  
ショウガ(みじん切り) …小さじ1/2  
サラダ油…大さじ1

### 2月末の事業実績

貯金残高	25,180,781千円
貸出金残高	7,233,680千円
長期共済保有高	93,630,000千円
販売品販売高	1,126,202千円
直売所売上高	62,591千円
購買品供給高	356,414千円
出資金	577,357千円
組合員数	2,880人
(正組合員：1,653人/ 准組合員：1,227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。

マツチングやマツチングアプリの台頭を受け、特定の意味合いを持ちつつ急速に市民権を得た言葉のよう感じます。それでも「企業と人材のマッチング」などのように、使い勝手のよい言葉として日本に浸透してきたのも事実。新しいニュアンスや概念を含んだ言葉として広がったり、既存の日本語がカタカナに置き換わることで社会をも変えようとしている。出会いや交流手段の多様化により、時には戸惑いを覚えることもありますが、豊かな暮らしにつながる可能性は感じます。別れや出会いの季節。どちらにも丁寧に飲み込みたいと思う今日この頃です。石

### 編集後記

1. 議案 令和6年3月30日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。
2. 給与規程（基本給職能給表）の一部改定について
3. 組織機構の一部変更について
4. 令和7年4月採用職員募集について
5. 経理規程の一部変更について

### 理事会メモ

