

えすぽわーる

10

2016
No.170

えすぽわーる新函館はJA新はこだてとみなさんを結ぶコミュニケーション誌です

— SHINHAKODATE —



JA新はこだて

<http://www.ja-shinhakodate.jp/>

地域を支える農家を目指して 新規就農に向けて研修中

キュウリ

北斗市清川

にしむら

西村

たかお

孝夫さん(46)

かわらけ

河内

よしかげ

義景さん(43)

地域の担い手を目指して

「後継者が少ない中で、地域を背負っていく農家になつてほしい」

北斗市でトマト・キュウリを栽培する西村孝夫さんは、新規就農者として研修を受ける河内義景さんに大きな期待を寄せている。

河内さんは農業法人でイチゴ栽培に従事していたが、北斗で農家として独立するために研修中。市役所からの紹介で、キュウリ部会で部会長を務める西村さんに白羽の矢が立った。

河内さんは現在、収穫作業をはじめ営農上のあらゆる作業にあたっている。

「前の仕事と比べてハードだと思う。はじめたばかりのころは体が痛くなった」と笑う。それでも「がんばって吸収して、作物をたくさん作る良い農家になります」と、頼もしい目標を語ってくれた。

「迷惑をかけないようにがんばるので、よろしくお願いします」と謙虚な河内さん(左)と西村さん(右)



CONTENTS

- ② 道南を農す
- ④ **特集** 地域交流イベント
サポーター550万人
づくりへ
- ⑥ 担え！ニューホープ
～新規就農者紹介～
- ⑦ となりの農家さん
～農の現場へズームイン～
- ⑧ トピックス
生産物PR活動に全力を
「HTBイチオシ!まつり」に参加 他
- ⑩ Focus the JOB
～JAの仕事を紹介します～
- ⑪ あぐりレッスン
～渡島農業改良普及センターだより～
- ⑫ JAグループ通信
- ⑬ JA新はこだてからのお知らせ
- ⑭ 理事会報告・投稿広場 他
- ⑯ 新鮮食材で楽しくクッキング

第7回

ご当地キャラ紹介



北海道新幹線PRキャラ
どこでもユキちゃん

北海道新幹線のPRキャラ。新函館北斗駅前で開催した「おもてなしステーション」をはじめ、名前の通り全道各地を飛び回っています。

最新情報はfacebookで！▶



- ① 誘引をする河内さん。支柱にテープで結束している。
- ② ウリ科らしい黄色い5弁の花だ。花の根元はすでにキュウリらしい形に。
- ③ ハウスの中で成長するキュウリの様子。
- ④ 「親指君」という道具を使って、収穫作業を片手で効率的に。

作型の強みを活かす

「夏までトマトを生産した後、キュウリを育てる作型が良い」と西村さんは話す。苗から1ヶ月ほどの短期間で育つこと、科が違うので連作障害の対策になることなどが強みだ。

さらに、キュウリ自体にもメリットがある。時期的に病気が付きにくいこと、密植して短期間で収穫するので品質が良いことなどだ。特に品質には、市場から高い評価を受けているという。

北斗市は道内のキュウリ作付面積1〜2位を争う代表的な産地。基幹作物のひとつとして、新たな担い手に大きな期待がかかっている。

特集

食と農でつながる。

食べる・利用する・参加する・行動する…

地域交流イベント

サポーター550万人づくりへ

青年部

第8回 食と農と愛をつなぐフェスティバル



八雲産「風の子もち」のお餅やお菓子が宙を舞い、子供たちは大喜び

あぐりへい屋で
部員らが対面販売

全地区の部員が協力して開催する、青年部の一大行事。昨年からあぐりへい屋を会場に、農産物や加工品を直売するイベントを開いている。

当日は青空に恵まれ、買い物客が次々と来場。地場産農畜産物の格安販売をはじめ、八雲産牛乳の「牛乳カフェ」や北斗産牛肉の串焼き、はこだて和牛を使った焼きそばなどの加工品を販売する様々な屋台が並んだ。また、厚沢部産メークインや森産男爵いもの詰め放題や餅まきなどの催しも次々に行われ、来場客は満面の笑顔になっていた。

続けてあぐりへい屋の店内で買い物をする方も多く、多くの人で賑わった。



袋いっぱい馬鈴薯をつめこむ



柿を山盛りにして
沢山すくおう!



甘さが自慢の若松産
「潮トマト」



野菜売り場は充実の品揃え



お楽しみ抽選会で
豪華プレゼント



お昼をまわり屋台はフル回転



甘い味がつくストローに
興味津々



八雲の冷たい牛乳カフェは
いかが?



都倉選手(前列左から3人目)、石井選手(中列中央)と集合写真

コンサドーレ選手と食を楽しむ

コンサドーレ札幌の選手が全道のJAを巡って、サッカー教室と食の大切さを伝える事業。北斗市の総合運動公園にサッカー少年34名が集まり、都倉賢選手・石井謙伍選手から指導を受けた。

JAではお米についての〇×クイズを実施。「ふつくりんこはJAL国内線ファーストクラス」の食事で提供されている」といった話に、子供たちは驚きの声を上げていた。

サッカー教室ではバランスを取る練習や試合の実践など盛りだくさんで、選手と交流しながらプロの技を学んだ。

お昼には家族の愛情がこもった手作り弁当を食べながら、道南の味覚を堪能していた。



実戦形式で石井選手と勝負!



都倉選手とボールを持ち上げよう



クイズ優勝者にプレゼント



お米クイズで大盛り上がり



サイン入りユニフォームをプレゼント!



石井選手と、いただきます!



ご両親からメッセージも

予 告

2016 北斗オータムマルシェ

日付 10月22日(土)・23日(日)

場所 大野基幹支店特設会場

内容

農畜産物の直売、さまざまな食品の屋台が出店



ぜひお越しください!

担え! NEWHOPE

ニューホープ

新規就農者をご紹介



農業の担い手不足が叫ばれる昨今。その一方で、希望を持って新たに農業を始める方もたくさんいます。地域の期待を担う“ニューホープ”さんにインタビューしました。

段取りを意識して、 効率的な作業を目指す

八雲町 落部 ^{もり おか} 森岡 ^{だい ち} 大地さん（28歳）

経営内容：軟白ネギ 15a、長ネギ（露地） 30a
営農歴：2年目（就農年：H27）

●これまでの経緯を教えてください。

就農を決心したのは自衛官として働いていた時です。祖父も元農家で八雲町に土地もあり、その土地で何かやろうと考え、「農業をやろう」という気持ちになりました。そして、自衛隊を退官後に北海道へ戻り、滝川や八雲町での農業研修で知識や技術を学びました。これまで各関係機関の方には多くの支援を頂き、本当に助かっています。

●経営を引き継いだ感想を教えてください。

研修とは違い、全ての判断を自分でしなければならぬことに苦労しています。判断に迷った時には研修中にもお世話になった先輩農家に相談に乗ってもらっています。また、自分の作ったものを誰かが食べてくれることに、作り手としての責任とやりがいを感じています。1年目とは違い、2年目の今年は勝負の年だと感じています。

●今後の目標などについてお聞かせ下さい。

今は、規模拡大よりも品質向上に力を入れていきたいと思っています。自分自身、まだまだ技術不足なので、研修会を通して知識と技術を学んでいきたいです。その他、研修先では効率的に作業するための段取りの重要性を学んだので、常に意識して効率的な作業を目指して頑張りたいと思います。



▲長ネギの箱詰め作業をする大地さん



「青年部の仲間といるときが楽しいです」と大地さん。写真は視察研修で一枚。

大野

おいしいお米を

みなさまに！

とがしたかし
富樫孝さん(40)

水稻

北斗市稲里の富樫孝さんは、水稻栽培を行っており、9月25日より収穫を開始、10月中旬頃に終了する。他にも大豆、小麦、ほうれん草を作付している。

今年の出来栄えについて「今年は豊作ではないが、平年並みの収穫量となる見込み。また、今年は紋枯病が発

生しておらず、ホツとしている」と話す。病気を付けない

為に、適期防除を怠らないよう日々心がけているとの事。

今後については「水稻に限らず面積を拡大し、その作付面積の範囲内で富樫家に合った輪作体系を確立して行く事が目標」と抱負を語った。

〈取材 大野支店 藤澤 純一〉



▲適期収穫のタイミングを確認している富樫さん



～農家の現場へズームイン～ となりの農家さん

七飯

美味しいトウモロコシを

作ります

おかだ いちお
岡田市夫さん(66)

トウモロコシ



▲収穫作業を行っている岡田さん

七飯町中島の岡田市夫さん営む岡田農園は、家族4人でトウモロコシの栽培を行っている。作付は2ha程で3月下旬より播種作業開始。収穫

時期は7月中旬から始まり、8月中旬に繁忙期を迎えるという。

日頃、心掛けている事は？の問いに、岡田さんは「作物の生育を観察しながら、なる

べく農薬は使用しないようにしている」と話す。

農業の魅力について、岡田さんは「丹精込めて作った野菜を食べてくれる方々の笑顔を見られるのが一番の喜び。今後もし安心して美味しい野菜を提供したい」と笑顔で語った。

〈取材 七飯支店 花田 有希〉

えすパワー TOPICS

トピックス



管内各地の旬な情報をお届けします。



北渡島

餅つき囃子を披露し会場と一つになった

生産物PR活動に全力を 「HTBイチオシ!まつり」に参加



北渡島地区組合員と八雲支店は8月26日～28日に札幌市で開かれた「HTBイチオシ!まつり」に参加し、地元農産物をPRした。

会場では全道各地の市町村がブースを出店。八雲町では、みょうがや軟白ねぎの野菜や、「風の子もち」を使ったいかめし・最中・大福・炊き込みご飯の素などの加工品を販売した。また、青年部員を中心に勇壮な餅つき囃子を合計3回披露して会場を沸かせた。

青年部落部支部の長谷川公彦支部長は「今年で3回目の参加で、多くの方々に地元農産物をPRできて良かった。全道各地のブースがある中で餅つき囃子などのイベントができ、手応えを感じた」と話した。

この他、はこだて和牛や若松ポークマンなども各町から出品された。



試食の提供などで地元農産物をPR

地元の和牛を味わって 生産者が「はこだて和牛」をPR販売



あか牛生産振興会は9月15日、函館のホクレンショップ昭和店で「はこだて和牛」をPRした。同会の岡山徹会長ら生産者4名とJA・ホクレン職員4名が、来店客に和牛のおいしさを呼びかけた。

これは同店リニューアル2周年記念の一環。あか牛がデザインされたグッズやチラシを配りながら、来店客に笑顔でPR。希少な和牛の特別販売とあって、買い物客は次々と手を伸ばした。木古内のゆるキャラ「キーコくん」も売り場を盛り上げた。



若松

潮トマトを手に話し合う視察参加者ら

地区を越えて厚沢部と切磋琢磨 「潮トマト」視察を受け入れ



若松支店は9月8日、厚沢部町から同農業振興公社・町役場と新規就農者の計5名の視察を受け入れ、「潮トマト」を紹介した。潮トマトは海洋深層水を使って栽培した糖度の高いトマトで、若松地区で今年度から5軒が生産している。

支店から取り組みのきっかけや経過、栽培方法を説明。参加者から「なぜ海洋深層水を使うのか?」など質問が相次いだ。栽培農家を視察し、通常のトマトとの違いや栽培上の注意・工夫を話し合った。

▼様々な部位の牛肉が並び、興味深げに見つめる来店客

酪農畜産





しりうち大漁まつりでべこもちを販売

地域交流の盛り上げに一役

組合員・JAが各地のイベントに参加

各地でイベントが開かれ、組合員やJA職員が参加して地域との交流を深めた。

8月28日、知内町で「第19回しりうち大漁まつり」が開かれ、知内支店女性部が出店。北の華ニラやトマトなどの農産物、赤飯などの加工品を販売した。

9月3日・10月1日の両日、七飯町の農家が農産物を持ち寄る「ななえあかまつ公園市場」が開かれた。旬の野菜や花などを販売したほか、野菜を使った料

知内・北斗・七飯

理が無料で振る舞われた。

9月3・4日と10・11日には、新函館北斗駅前で観光客を歓迎する「北斗おもてなしステーション」にあぐりへい屋が出店した。「ふっくりほっき飯焼いちゃいました」などの料理を販売した。

町の歴史や酪農を学ぶ

熊石女性部が札幌へ視察研修



江差支店女性部熊石支部の部員8名は9月17~18日、札幌で視察研修を行った。

初日は北海道開拓の村を訪問。保存・展示されている開拓期の建築物を通じて農村の歴史を学んだ。熊石から「旧土谷家はねだし」が移築されていた。

2日目はサツラク農協の製造工場である「ミルク館」を訪問。当日は牛乳とヨーグルトの製造が行われており、工程ラインを見学した。

この他、百合が原公園などを見学し、充実した視察研修となった。



熊石



豊富な野菜が並ぶななえあかまつ公園市場

食育活動を通じて農を知る

親子向け野菜収穫・料理体験



北渡島地区の農家女性が参画する「女性のための農業セミナー」は9月24日、八雲町で野菜収穫・料理体験を開催した。小学生親子4組9人が参加した。

収穫体験では、小武方農園で馬鈴薯やナスなどを袋一杯に収穫。続く料理体験では、花浦山会館でイモもちやサラダなど7品を親子で調理した。食後には食育にまつわる〇×クイズやカルタで盛り上がった。

参加した母親は「たくさんの種類の野菜を親子で収穫し、貴重な体験ができた」と笑顔で話した。

▼〇×クイズで大盛り上がりの子供たち



北渡島



スマイルパワーで地域に活力を!



支店長からのひとこと

七飯基幹支店長

まつかね しゅういち

松金 修一

各支店では、より身近に感じる支店を目指し、明るく笑顔で職員一同、皆様のご来店をお待ちしております。

大中山支店、大沼支店、函館支店では金融・共済・資材業務を行っており、年金受取りや住宅ローン、自動車共済などの各種キャンペーンも展開しています。

大中山支店は、明るく元気に対応することを心がけております。

大沼支店は、来店する全てのお客様を笑顔でお迎えするよう心がけております。

函館支店は、明るく元気な挨拶と親切丁寧な接客を心がけております。



大沼支店

亀田郡七飯町字大沼町 779 番地の 3
 TEL:0138-67-2350
 FAX:0138-67-3343



大中山支店

亀田郡七飯町大川 6 丁目 2 番 8 号
 TEL:0138-65-2113
 FAX:0138-65-6934



函館支店

函館市湯川町 3 丁目 16 番 9 号
 TEL:0138-57-5521
 FAX:0138-57-8418



水田の補修は今のうちに!!

水稻収穫後には、稲わらの搬出、心土破碎や溝切りなどの透排水性改善対策、畦畔の補修などを行う必要があります。これらは作業性を改善させるのみならず、収量、品質を高めるためにも重要です。

1 稲わらの処理

稲わらは集めて搬出し、堆肥にしてからほ場に戻すことが基本です。特に水田がワイていた場合は、稲わらをほ場外に持ち出すことが肝心です。

やむを得ずほ場にすき込む場合は秋すき込みを基本とし、土壌表面に浅く混和します。

2 透排水性の改善

(1) 溝切りは収穫後、溝切機などで浅く溝を堀上げ、落水口につなげます。コンバインでできたワダチもつなぐことで、表面水や融雪水を排除することが出来ます。

(2) 心土破碎は暗きよの効果が高めるため、収穫後または耕起前に深さ40～50cm、2～5m間隔に施工します。

3 畦畔の補修

作期中に漏水が見られたり強度が不十分な畦畔は、早め修繕を行いましょう。



サブソイラーによる溝切り

トマトの終盤の管理とほ場の準備

1 低温による裂果について

裂果はハウス内の土壌水分や湿度の急激な変化で発生が多くなります。また、果実面に付着した水滴によっても発生が助長されます。日中の換気に努め急激な土壌水分や湿度の変化を起こさないよう管理しましょう。



同心円状裂果



放射状裂果(高温期に多い)

2 肥培管理について

トマトの周年栽培では被覆を除去しないことが多く、肥料成分が蓄積されていきます。特に今年、生育が思わしくない、また来年新規に作付けするほ場では、収量や品質を安定させるため、土壌養分をチェックし、バランスを整えるためにも土壌診断を定期的の実施し適切な施肥を行いましょう。

JAグループ通信

JAグループの連合会・中央会の活動内容を紹介します。

JA北海道大会決議事項の実践やその時々
のトピックスなど、組合員の皆様に定期的
にお伝えします。

各団体の詳しい取り組み内容はWEB
サイトをご覧ください。

JA北海道信連

北海道若手女性農業者集
団「links」のメンバ
ーを講師に、小学生とその親
を対象とした「学ぶ・作る・
食べる旬食力レジン札幌
親子料理教室」を開催しま
した。

「料理教室」と「食の講
演」を通じて、地域の皆さ
んに地元食材のファンに
なってもらい、さらにJA
バンクの商品・利便性を紹
介してのサポーターにつな
げることを目的としていま
す。



JA北海道中央会

JA北海道大会決議事項
である「サポーター550
万人づくり」に向けて、道
民の皆さんに食と農・JA
の魅力を伝えるスマート
フォンアプリ「JA2MP
(ジエイエイジャンプ)」
のダウンロードを開始しま
した。

農業イベントや関連施設
のチェックインスポットラ
ー、直売所から発信する
オススメ農畜産物情報な
ど、皆さん一人一人が北海
道の魅力を再確認してい
ただけるよう地域の魅力発信
に努めて参ります。

ダウンロードはコチラ



JA共済連北海道

共済ホールで、「全道JA・スマサポ大会」
を開催し、前年度の普及活動で優秀な成績
を収めたJA62名と、スマサポ29名を表
彰しました。

JA共済では、これからもJA・スマサ
ポによる「3Q訪問活
動」と「あんしんチェッ
ク」の実践を通じて、
組合員・地域利用者の
信頼と期待に応え、「安
心」と「満足」の提供
に努めて参ります。



JA北海道厚生連

組合員ならびに地域住民の皆
様の生命と健康を守るため、本
会事業の積極的な啓蒙推進を図ることを目
的として、広報誌「すまいる」を発行して
おります。年3回発行しており、様々な医
療・健康情報を発信しております。
ホームページにバックナンバーを掲載し
ております。是非ご一読ください。





第2回JA新はこだて窓口セールスコンクール 最優秀賞に田代 麗華 職員(八雲支店)、信太 こずえ 職員(七重浜支店)

9月14日、「第2回JA新はこだて窓口セールスコンクール 本選会」が開かれました。年金推進部門と純新規推進部門の2部門に、地区予選を勝ち抜いた各5名の職員が出場して窓口セールスの技能を競いました。

コンクールでは、ロールプレイング形式でお客さま役の職員にセールスを実施。出場者はそれぞれ工夫を凝らしながら、笑顔で親しみやすい接客を披露していました。

審査員は、輪島桂専務、田村廣幸常務、信連札幌支所の中村辰雄支所長の3名。年金推進部門では田代麗華職員、純新規推進部門では信太職員がそれぞれ最優秀賞に輝きました。

昨年と今年之最優秀賞・優秀賞受賞者らは、JA北海道信連の「第2回JAバンク北海道窓口セールスコンクール地区予選会」に出場することとなっています。



「笑顔でセールスする、最優秀賞を獲得した信太職員」

年金推進部門

最優秀賞 田代 麗華 職員(八雲支店)
優秀賞 山田 恵理 職員(大中山支店)

純新規推進部門

最優秀賞 信太 こずえ 職員(七重浜支店)
優秀賞 早川 あかり 職員(大沼支店)

台風被害にかかる意見交換会

細田健一農林水産大臣政務官・前田一男代議士 来組



9月21日、細田健一農林水産大臣政務官・前田一男代議士が来組し、JA役職員や関係機関らと意見交換した。

はじめに畠山良一組合長が「道南は野菜の生産が北海道で一番多い。長ねぎの被害が大きい、農業共済に入れない品目。少しでも支援があれば農家にとって大変ありがたい」とあいさつ。続いて西村安弘常務から各農畜産物の被害状況を説明した。

前田議員は「十勝などの報道が多いが、道南でも停電など被害は大きい。被害額の積算に入りきれないものもあると思うので、しっかりと伝えていきたい」と回答。細田政務官は「大臣や党からも是非にこの声があつて視察に来た。皆さまのご意見を聞き、補正予算などできちんと対応したい」と話した。

意見交換会では、渡島平野土地改良区の河村康英理事長から「最近、想定外のことが多いので、施設改修や基盤整備などの基準を高く設定してほしい」との意見が上がった。輪島桂専務は「小規模な酪農畜産家では自前の発電機が無く、停電で家畜が死んだ所もある。以前にも導入の話があつたが、施設改修などのハードルが高い」と対策を訴えた。その他、農産物の輸出やTPP、中小規模農家への支援などについても議論が交わされた。



理事会開催報告

第8回 理事会(定例)議案

日時:平成28年9月30日(金) 10:30～
場所:北斗市農業振興センター

報告事項

- (1) 第2四半期定期監査結果について
- (2) 第2四半期内部監査結果について
- (3) 職員の退職について
- (4) 組合員の異動について
- (5) 台風10号による被害状況について
- (6) 台風10号被害に対するビニールハウス復旧支援対策について
- (7) 台風10号被害に対する資金対応について
- (8) 厚沢部基幹支店アスパラガス選別機施設工事の入札結果について
- (9) ハウスリース事業に係る入札結果について
- (10) 平成28年度産米概算金の設定について
- (11) 8月分有価証券の取得について
- (12) JA財務モニタリングに基づくアウトライヤー基準該当に関する報告書について

議案

- 1号 第2四半期定期監査に対する回答について
- 2号 ハウスリース事業に係る平成28年度地域づくり推進事業の取り組みについて
- 3号 上期決算に係るディスクロージャー誌の作成について
- 4号 規程類管理規程の一部変更について
- 5号 子会社管理規程の一部変更について
- 6号 従業員個人情報取扱規程の一部変更について
- 7号 職員への寒冷地手当の支給について

新米の季節がスタート 初検査では喜びの全量1等

収穫の秋を迎え、稲穂は黄金色に染まり、コンバインが休みなく稼働しています。10月5日には新米の販売もスタートとなり、あぐりへい屋などの各店舗に並びました。

9月16日には、管内トップを切って七飯支店で新米の等級検査が始まりました。「ゆめぴりか」「きたくりん」計252袋を検査し、全量が1等米と確認。「形質が充実し、粒ぞろいもよく文句なしの1等米」と評価され、生産者・関係者らは笑顔で喜びあいました。



Aコープあっさぶ店 100円均一コーナーがスタート

旬新はこだて協同は9月8日、Aコープあっさぶ店を改装して100円均一コーナーを始めました。売り場面積の4分の1ほどで、100円ショップを全国展開する㈱ワッツからの委託品の雑貨3000種類を取りそろえます。

ぜひお買いものにご利用ください。



みんなのまるめ即応場

プレゼント

クイズの正解者の中から抽選で **3** 名様に、以下の **3** 種類からお好きな商品を **3** 袋お送りします。
希望のプレゼントをご記入ください。

農協ラーメン
(1袋2食入り)

農協のトマトカレー
(1袋1食入り)

はこだて産
本格いかめし
(1袋2杯入り)



あて先

クイズ&投稿は、郵送またはFAX、メール、ホームページのメールフォームで受け付けております。

〒041-1201 北斗市本町1丁目1番21号

JA新はこだて企画室 FAX:0138-77-5566

✉ E-mailアドレス shinya.toda@ja-shinhakodate.com

9月号の当選者

今月は9件の応募があり、厳正な抽選の結果、次の3名の方が当選となりました。

前回の答え
ターザン

クイズ当選者

せたな町 みのるんさん
知内町 ムーさんさん
七飯町 フミ子さん

クイズ

今月号のえすぽわーの中から答えを探してください!



Q.

サッカー教室に来たお2人のうち、
○○○選手はJ2の
得点ランキングトップを走るスター選手!
サイン入りユニフォームをもらって
ご満悦です。
(フルネーム・漢字3文字でお答えください)



読者の声

たくさんのご応募、
ありがとうございます。



厚沢部町 華のおたあさまさん

こんなに各各地区での夏祭りがあったんですね。事前に日程がわかれば、行ってみたいと思いました。



せたな町 みのるんさん

家族で毎月のえすぽわーを楽しみにしています。農協ラーメン、食べてみたいのお〜。



知内町 ムーさんさん

来年は厚沢部の巨大コロッケを是非食べに行きたいです!!



北斗市 おていちゃんさん

(ブロッコリー)栄養価も高く、軽いので作業が楽。ばあちゃんに優しい作物です。



七飯町 フミ子さん

毎月楽しみに読ませて頂いてます。楽しくクッキングが大好き。台風10号の被害に遭われた農家の方々にお見舞い申し上げます。



八雲町 モーモーさん

この度は台風の被害になり、れんとこんが倒れてた方々にお見舞いいたします。



福岡県 そらいろさん

あぐり王国北海道の奥尻島の回のところから偶然このホームページにやってきて広報誌を読んでいます。お祭りが活気があって良いなあと思いました。甘酒もおいしいそうです。

↓ 応募用紙はこちら (切り取ってハガキにそのまま貼ってね。)

応募締め切り 10月24日(月)(当日消印有効)

※下記応募用紙には必ず全て記入して下さい。※コメントのないものは無効とさせていただきます。

キーワード

--	--	--

ご希望のプレゼント

※下記のいずれか1つに○を付けて下さい

農協ラーメン・農協トマトカレー・函館産いかめし

住所

〒 -

氏名

年齢

TEL

ペンネーム

才

-

-

組合区分

正組合員・准組合員・その他 ※○を付けて下さい

コメント ※広報誌へのご感想やご意見・ご要望、身近なできごとなどについて教えてください。

キリッ線



新鮮食材で 楽しく クッキング

料理研究家 ● 波多野充子

point

ごま油の香りが、みんなのおなかを鳴らしてしまう……、体が喜ぶひじきとトウモロコシ入りのご飯です。手巻き寿司のように、それぞれをサラダ菜に巻きながら食べると、食卓が盛り上がります。

ヘルシーライスの サラダ菜巻き

1食当たり
約278kcal

材 料(3人分)

ひじき(生)	100g
トウモロコシ	1本
梅干し	1個
ミョウガ	1本
ショウガ	1片
大葉	3枚
ご飯	2膳分
サラダ菜	1/2個
ミニトマト	2~3個
酢	大さじ1.5
蜂蜜	小さじ1
ごま油	小さじ1/4
塩	小さじ1/2
こしょう	適量

作り方

- (1) ひじきは洗い、サッとゆでて水を切る。トウモロコシはゆで、包丁で実を取る。
※生ひじきがないときは、乾燥ひじきを戻して使う。
- (2) ミョウガ・ショウガ・大葉は千切りにする。梅干しは種を除き、刻む。
- (3) ボウルに酢・蜂蜜・ごま油・塩・こしょうを入れて、よく混ぜてから(1)(2)を加え、味をなじませてからご飯を混ぜる。
- (4) サラダ菜は1枚ずつ剥がし、ミニトマトは小さく切る。
- (5) サラダ菜にご飯を包み、ミニトマトをトッピングする。

編集後記

「農業中の死亡事故は他の産業より多い」とのニュースが流れました。就業人口10万人あたり15.4人で、建設業の2倍、全産業平均の9倍の数です。近年、事故件数自体は抑えられているものの、農業人口が減り割合が大きくなっているようです。

出来秋で忙しい時期かと思いますが、くれぐれも事故にはご注意ください。

(真)

facebookページ更新中!

随時、最新情報を更新していますので、ぜひチェックしてみてください。



JA新はこだて facebook

検索

まるめ郎アルバム



題名:マルメロード第45章

Day:2016.9.23

函館ドッグに遊びにきたよ。

船でけ〜。近くで見ると首が疲れそう

緊急時の ご連絡先

※業務時間内
(平日9時~17時)には
ご契約の支店に
ご連絡ください。



お車の事故・トラブル

☎0120-258-931

(JA共済事故受付センター)

キャッシュカードや通帳の紛失・盗難

☎0120-944-904

(JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター)

お車のレッカー・ロードサービス

☎0120-063-931

(JA共済サポートセンター)

JAクレジットカードの紛失・盗難

☎0120-159-674

(三菱UFJニコス株式会社盗難紛失受付センター)

※JAカード一体型の盗難・紛失においては、両方にご連絡ください。