

東美の里

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2010/No.372

9月号



県大会準優勝メンバー



Contents

女性部料理教室	P 2
情熱カレー販売開始	P 3
営農情報	P 4・5
特集「ストップ温暖化」	P 6・7
廃プラスチックの現状	P 8

太巻き寿司作りに挑戦

J A 女性部は7月30日(金)、富里市御料の印旛地域農林業センターで太巻き寿司作りに挑戦しました。

富里市七栄(末広)の三之宮栄子さんを太巻き寿司作りの講師に迎え、農林業センターの調理室を借りて4人から5人で、五つの班に分かれ調理が始まりました。

メンバーは薄焼き卵や紅生姜、青菜に山ごぼう、着色した干瓢やすし飯を準備し、さざんかとバラの絵柄を配した太巻き寿司を作りました。



色が付けられた干瓢



着色した酢飯をのりで巻く

各班とも出来栄は上々で、作り終えた班から大皿に盛り付けて行き、最後に全員で試食を行い、味も形も納得の太巻き寿司を作ることができました。



さざんかの絵柄で太巻きずし完成

年に一度は健康診断

J Aでは8月12日(木)・13日(金)の2日間、J A会館3階を会場に組合員健康診断を行いました。

J A千葉厚生連の協力のもと、2日間の健診でJ A青年部や女性部・菜の花会のメンバーも含め162名の方が受診しました。血液検査や血圧測定などの基本健診のほか、希望により腹部超音波検査や眼底検査などの特定健診も行われました。



血圧測定や採血の様子

菜の花会支部視察

J A菜の花会では8月20日(金)に二区支部の視察研修会を開きました。

成田空港の視察を行い、B滑走路(北側)から東側誘導路、横風用滑走路予定地を周り整備地区からA滑走路、貨物地区と空港の敷地内をぐるっと一周しました。

N A A (成田空港株式会社) 職員の方による説明を受け、一般人は入る事の出来ない場所を案内してもらい、今まで知らなかった事など、改めて成田空港の凄さを勉強しました。



普段は絶対に入れない滑走路脇



スーパーガールズとセブンファーム関係者

セブンファームで コラボ企画

セブンファームは7月30日(金)にアイドルグループのスーパーガールズ(SUPER☆GiRLS)とのコラボ企画を立ち上げました。

企画に先立ちテープカット等のオープニングセレモニーが行なわれた後、S☆Gのメンバーは大根とニンジン種のまきを行いました。SUPER☆GiRLSファームで育った野菜は今後メンバーによる収穫が行なわれ、販売も検討されているそうです。



ここにちは女性部です

設置された回収BOX

J A女性部ではE c oキャップの回収ボックスをJ A正面玄関の自動販売機脇に設置しました。

回収には、ペットボトルキャップの商品は問いませんが、紙のシールや値札、金属製の蓋は回収できませんのでご協力よろしくお願いします。

また、キャップが汚れている場合は簡単に水洗いをして下さい。

～行事予定～

10月29日(金)

生産部・女性部合同視察研修会(高尾山他)

Made in Chibaで 共同開発



世代を問わず美味しいと好評です

J A富里市産直センターとJ Aさみつ、J A山武郡市、J A千葉みらいの各直売所は東金市の上原食品工

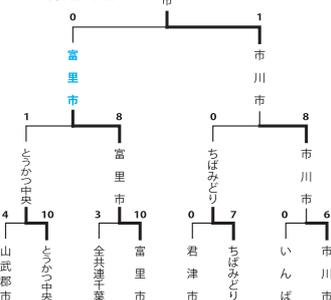
業株式会社と共同でレトルトカレー「千葉産直 情熱カレー」を開発しました。

地産地消をコンセプトに各J Aの農畜産物が食材として使われており、J Aさみつはジャガイモ、J A山武郡市はタマネギ、J A千葉みらいはニンジン、そしてJ A富里市では豚肉を提供しています。

初回約5万パックが製造され、味は中辛のみ。1袋210グラム入りで198円(税込)。7月下旬よりJ A産直センターで販売されています。

第37回農協健保軟式野球大会 成績表

- 優勝 市川市農業協同組合
- 準優勝 富里市農業協同組合
- 第3位 とうかつ中央農業協同組合
- ” ちほみどり農業協同組合



見事準優勝に輝きました。

千葉県農協健康保険組合主催のJ A千葉地区親善野球大会(参加9チーム)が7月3日(土)と7月10日(土)に栄町水と緑の運動公園等で行われました。

大健闘! J A県大会準優勝

J A富里市は順当に勝ち上がり決勝ではJ Aいんぼと対戦、県大会の出場権は手にしたが、連戦の疲れも影響し、惜しくも準優勝となりました。

8月3日(火)と4日(水)に千葉公園球場で行われた県大会(参加8チーム)では決勝まで勝ち進み、強豪J A市川市と対戦。健闘し0対1で敗れたものの、

IPM 防除情報 IPM（総合的病害虫管理）とは？

IPMとは（Integrated Pest Management）の頭文字で、総合的病害虫管理と訳されます。病害虫の発生予察情報等に基づき、耕種的防除（輪作や抵抗性品種の導入）、生物的防除（天敵やフェロモン剤等の利用）、化学的防除（農薬散布等）、物理的防除（粘着板や太陽熱利用消毒等）を組み合わせた防除を実施することにより、病害虫の発生を経済的被害が生じるレベル以下に抑え、かつその低いレベルを持続させるための病害虫管理の手法です。



主な IPM 資材情報

☆耕種的防除法

品種の検討：野菜の病害抵抗性品種の導入

【例】だいこん・キャベツの萎黄病、トマトの葉かび病・ウイルス病、ほうれんそうのべと病抵抗性等
輪作・間作・混作・作期変更による被害回避

☆物理的防除法

光・色利用：黄色・青色粘着板、黄色蛍光灯、シルバーマルチ 等

ネット利用：防虫ネットの被覆、べたがけ資材 等

☆生物農薬や天敵農薬の利用

天敵昆虫薬剤

・ハダニ類 → チリカブリダニ

・コナジラミ類 → オンシツツヤコバチ

・アザミウマ類 → ククメリスカブリダニ

・ハモグリバエ類 → ヒメコバチ 等

微生物薬剤

ボトキラー水和剤（灰色かび病） インプレッション水和剤（うどんこ病・灰色かび病）

バイオキパー水和剤（軟腐病） パストリア水和剤（ネコブセンチュウ）

B T 剤（サブリーナフロアブル、チューンアップ顆粒水和剤、クオークフロアブル 等）

性フェロモン剤

フェロディン SL（ハスモンヨトウ誘引）、コナガコン（コナガ・オオタバコガ交尾阻害）

☆天然由来薬剤の活用

・イオウフロアブル（硫黄）⇒ うどんこ病 等

・Zボルドー（銅）⇒ 軟腐病 等

・カリグリーン（炭酸水素 Ca）⇒ うどんこ病 等

・ハーモメイト水溶剤（炭酸水素 Na）⇒ うどんこ病、灰色かび病

・ジーファイン水和剤（炭酸水素 Na + 銅）⇒ うどんこ病 等

※ 薬剤の対象病害虫・使用方法等につきましては、それぞれ確認の上ご使用ください。

米トレーサビリティ法が施行されます。

「米穀等の取引等に係る情報の記録及び産地情報の伝達に関する法律」（米トレーサビリティ法）が、平成22年10月1日から取引等の記録・保存部分が施行され、米・米加工品を取扱う生産者、卸売業者、小売業者及び外食店等の方は、入出荷等の記録の作成と保存が義務付けられます。（取引等に伴う産地情報の伝達部分は23年7月1日施行）対象事業者は、生産者を含め対象品目となる米・米加工品の販売、輸入、加工、製造又は提供の事業を行う全ての皆様となります。

対象品目は、米穀（玄米、精米など）、米粉、米こうじ等の中間原料、米飯類、もち、だんご、米菓、清酒、単式蒸留しょうちゅう、みりんです。

記録事項は、品名、産地、数量、取引年月日、取引先名などです。

保存期間は、原則3年です。

お問い合わせ先 関東農政局千葉農政事務所 米トレサ法等推進グループ

TEL：043-224-5615 FAX：043-221-0790

営

農

情

報

Rice Traceability

米トレーサビリティ法の概要

「米穀等の取引等に係る情報の記録及び産地情報の伝達に関する法律」

生産者 → **卸売業者** → **小売業者 外食店** → **消費者**

出荷記録 / 入荷記録

商品名: ○○○○
入出荷日: ○年○月○日
取引先名: ○○食品○店
数量: 5kg×10袋等
産地: 「国産」

国産米: 「国産」等
外国産: 「○○国産」

トレーサビリティ
平成22年10月1日より

産地情報伝達
平成23年7月1日より

問題が発生した場合の流通ルートの速やかな特定と回収

産地情報を一般消費者にまで伝達

農林水産省

トレーサビリティ

(取引等の記録の作成・保存)

記録

米・米加工品(注)を
①取引、②事業所間の移動、③廃棄などを行った場合には、その記録を保存してください。

- 紙媒体・電子媒体いずれでも可。
- 保存期間は原則3年。
(賞味期限等に応じて3か月間・3年間・5年間と異なります。)

(注)本制度の対象品目となる米・米加工品は、以下のとおりです。
・米穀(玄米・精米等) ・米粉や米こうじ等の中間原材料
・米飯類・もち、だんご、米菓、清酒、単式蒸留しうちゅう、みりん
対象事業者は、生産者を含め、対象品目となる米・米加工品の販売、輸入、加工、製造又は提供の事業を行う全ての皆様となります。

記録事項
品名、産地、数量、年月日、取引先名、搬出入の場所等
※「国産」「○○国産」「○○県産」等と記録。(詳細はP4の方法に準ずる。)
※米飯類、もち、だんご、米菓、清酒、単式蒸留しうちゅう、みりんについて、最終的な一般消費者販売用の容器・包装に入れられ、当該容器包装に産地が具体的に明記されている場合は、伝票等への産地の記載は不要。

実際の取引において取り交わされる伝票類(帳簿でも可)において、下記に掲げる事項が記載されていれば、それを保存しておくことで、記録・保存の義務を果たしたことになります。

納品書(控) 表紙

取引先名: ○○○○株式会社
年月日: 搬入・搬出の日
(異なる場合は、受発注日等でも可)

搬出入した場所
(取引先住所と異なる場合に記載。)

数量: 取引において通常用いている単位

品名: 取引において通常用いている名称

産地: 「国産」「○○国産」「○○県産」等と記載
(詳細はP4の方法に準ずる。)
※平成23年7月1日より前には、国内で生産されたものについては、生産者から譲渡されたものについては、対象外です。

食品事故等に迅速に対応するため、「米・米加工品」以外についても、取引等の記録の作成・保存を行うことが期待されます。(義務化は「米・米加工品」のみ。)

入荷時の伝票では、この欄の事業者名が取引先の名称、氏名となります。

産地情報の伝達

(取引等に伴う産地情報の伝達)

伝達

事業者間における産地情報の伝達
米・米加工品(注1)を他の事業者へ譲り渡す場合には、伝票等(注2)又は商品の容器・包装への記載により、産地(注3)情報の伝達が必要です。

一般消費者への産地情報の伝達
一般消費者に米・米加工品(注1)を販売・提供する場合には、

- 玄米・精米、もち(一部)のように、JAS法で原料原産地表示の義務がある場合は、JAS法に従い、これまでどおり表示をしてください。
(注)この場合はJAS法のみが適用になり、米トレーサビリティ法は適用されません。
- 上記の義務が無い場合には、米トレーサビリティ法に基づき以下により産地情報の伝達を行うことが必要となります。

ただし、外食店等で米飯類以外のものを提供する場合は、米飯類以外のものの産地情報の伝達は不要です。

(注1)取引等の記録の対象品目と同じ。(ただし、飼料用・バイオエタノール用等非食用に供されるものは除きます。)
(注2)伝票等: 伝票以外に、納品書、規格書等への記載でも可。
(注3)産地: 米の場合はその産地、米加工品の場合はその原料米の産地。

一般消費者への産地情報の伝達手段

商品の包装に産地情報を記載

店内に産地情報を掲示

購入カタログや注文画面上に産地情報を掲示

商品の包装に産地を知ることができる方法を記載

店内に産地を知ることができる方法を掲示

メニューに産地情報を記載

Webアドレスやお客様相談窓口電話番号など産地情報の入手するための照会先を記載。

産地情報については、店員におたずねください。

当店は○○国産の米を使用しています。

当店は○○産の米を使用しています。

「原料米の産地情報」
○○県産(○) 産地
○○県産(○) 産地
△△県産(○) 産地

産地情報の伝達

(具体的な産地情報の伝達方法)

○産地情報を商品へ直接記載することにより伝達する場合
・国産米の場合は「国産」「国産」等と記載。(ただし、都道府県名や一般に知られた地名でも可。)
・外国産の場合はその「国名」を記載。

＜一括表示欄への記載例＞

名称	米 菓
原材料名	うるち米(国産、○○国産、その他) 良味、煎餅(アゼエ)
内容量	10枚
賞味期限	特上部に記載
保存方法	開封前は直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
製 産 者	○○製菓株式会社 ○○県○○市○○1-1

①原材料に占める割合の多い順に記載。
②産地が3か国以上ある場合には、上位2か国のみ記載し、その他の産地を「その他」と記載可能。

○産地情報を知ることができる方法により産地情報を伝達する場合

Webサイトによる伝達を行う場合のポイント

- 商品等にWebアドレスを記載。
- 商品パッケージにWebにアクセスすることにより産地情報が入力できる旨の記載が必要。
- Web上で当該商品の製造年月日やロット番号等と産地情報との対応関係が把握できるようにする必要。

電話等を活用した問い合わせによる伝達を行う場合のポイント

- 商品等に「お客様相談窓口の電話番号」を記載。
- 当該電話番号が、単なるお客様相談電話でなく、「産地情報入手するための照会先である旨の記載が必要。

お問い合わせ先

北海道農政事務所	食糧部計画課	TEL:011-642-5470
東北農政局	食糧部計画課	TEL:022-238-6561 (代)
関東農政局	食糧部計画課	TEL:045-740-0099
北陸農政局	食糧部計画課	TEL:076-241-3151 (代)
東海農政局	食糧部計画課	TEL:052-763-4453
近畿農政局	食糧部計画課	TEL:075-414-9731
中国四国農政局	食糧部計画課	TEL:086-223-3135
九州農政局	食糧部計画課	TEL:096-378-3171 (代)
内閣府沖縄総合事務局	農林水産部食料流通課	TEL:098-866-1673
農林水産省総合食料局	食糧部計画課	TEL:03-6744-1703

米トレーサビリティ法についての情報は、下記のホームページをご覧ください。
http://www.maff.go.jp/southshoku/keikaku/kome_toresa/index.html

ストップ
温暖化!

涼しい心もるHN・マンマン

ふだんの暮らしの中で、環境のこと、考えていますか？ 異常気象も気になる昨今、地球温暖化防止に向けてのCO2削減は、誰もが意識しなければならぬ課題です。楽しくできて、家計も助かるエコ・アクション、はじめませんか。

監修：井手迫義和さん（環境ナビゲーター・気象予報士）

気になる異常気象
その原因は温暖化!?

暑さ、寒さの波が以前と変わってきている。野菜が思ったように育たない。前はあまりいかなかった病害虫が増えた…。ここ数年というもの、そんな声がしばしば聞かれます。

「これは温暖化の影響ともいわれています」と、環境ナビゲーターの井手迫義和さん。地球温暖化と聞くと、気温が上昇することを指すように思われがちですが、それだけではありません。

「気候のバランスが崩れて、変動が激しくなり、『平年並み』の状態が減っていきます。それが異常気象といわれる現象を引き起こすのです」

冷夏や局地的豪雨、渇水なども、バランスの崩れがもたらすものなのか。自然条件に左右されることの多い農業の方たちにとっては、特に切実な問題です。

「私たちの生活で、温暖化の影響が最も大きく出るのが『食』と『水』。気候の变

化を身近に感じている農家の方から、へんだと思うことを積極的に伝えていきましょう。同時に、誰もが暮らし方を見直し、CO2削減へのアクションを起こしていくことが望まれます」

エコ・アクションというとなし難そうですが、気軽にできる方法はいろいろ。ちょっとした行動でも、その積み重ねが、環境にとって大きな意味を持ちます。家族や友人も誘って一緒に楽しむことで、コミュニケーションにもつながります。

ムダなエネルギー消費が減れば、家計にもプラスになって一石三鳥。ふだんの暮らしの中で地球環境を考えるエコ・アクション、みなさんでさっそく取り組んでみましょう！



井手迫 義和
(いできよ よしかず)

(財)日本気象協会、日本テレビを経て、現在は環境メディアフォーラムのプロデューサーを務める。小学校の環境授業、講演会などで活躍中。

環境を考えた品を選ぼう

合成洗剤は自然環境に大きな負荷を与えます。洗濯洗剤、シャンプー、台所洗剤などは、できるだけ環境に優しい商品を選びましょう。また、環境保護活動に取り組んでいる企業の商品を選べば、間接的な貢献になります。



買い物編

食品を選ぶときはなるべく国産の品を

輸入食品は、運ぶ距離が長いので多量のエネルギーを使います。選ぶなら国産品を。生産地で消費する「地産地消」ならより理想的です。また、過剰なパッケージの品も包装時・処分時に多くのCO2を排出するので、なるべく避けたいところ。



レジ袋はなるべくもらわない

エコバッグなどの手近な袋を持って行ったり、もらったレジ袋を何度か再利用しましょう。車を出掛けるなら空き段ボール箱などに買ったものを入れるなど、無駄なごみを増やさないことが大切です。

すぐに食べるものは 陳列棚の手前から取る

加工食品などは、奥にある製造日の新しいものを選ぶのではなく、手前にある品から。すぐ食べるなら、1、2日の製造日の違いは味には影響しません。みんなが奥から取ると、店ではやがて手前のものを廃棄することになります。

出掛けるときは 1台に相乗りで

1人1台で使用という場合は多いでしょう。でも、ご近所同士、同じ店に買い物に行くときなどは、声を掛け合って同乗すれば、エネルギーの無駄を減らし、CO2排出量も削減できます。夕食の献立など相談し合うのも楽しいもの。



クルマ編

目的地を決めて ドライブする

行く先を決めずにウロウロと自動車を走らせると、走行距離が増えて、環境への負荷も増します。出掛ける前に、目的地やルートをきちんと決めておきましょう。



シートベルトを締めてからエンジンを

運転するときは、まずシートベルトをきちんと締めてからエンジンをかければ、アイドリング時間が短くなります。また、タイヤは適正な空気圧が常にチェックすると燃費向上に。

近所で集まって 食事を楽しむ

時には仲のいい家族同士、1軒の家に集まって食事会など楽しんでみては？ 一時的に世帯数が減ることで、電気やガスなどの消費量が減らせます。会話が弾めば、ふだんのコミュニケーションも密になります。



家族一緒にお風呂に入ろう

お風呂を沸かしたら、冷めないうちにみんなで続けて入るようにしましょう。親子や夫婦で一緒に入って、背中を流し合ったりしながら、ゆっくり会話を楽しむのもいいでしょう。

暮らし編



食べ物は なるべく捨てない

残して捨てることがないように、食事は食べ切れる量をよく考えて料理しましょう。外食するときも、残したら持ち帰れないか聞いてみて。また、余った野菜や果物は、漬物や干し野菜、ジャムなどにして使い切りましょう。

近所の自然に親しもう

子どもを連れて、近くの川や野山に遊びに行くのもエコ・アクション。大切な遊び場だと思えば、きれいに保つ意識も高まります。温暖化による、植物や虫、鳥、魚などの変化に気がつくことも。



『地球環境のため』という、自分が生きていく間は関係ないと感じる人もいるかもしれませんが、「夫や妻、子ども、孫など、大切な人を幸せにしたいという気持ちで、エコ・アクションに結びつきます。それができる人を、エコロマンチストと呼んでいます」と井手迫さん。運転中も横に乗る人が快適なように気を配れば、急発進や急停車もしないはず。それが結果的にエコにつながります。孫やその子どもの未来を考えると、環境を守る気持ちもわいてきます。身近な人を思いやること——それが、エコ・アクション持続のコツ！

キーワードは
『エコロマンチスト』

廃プラスチック回収の現状と課題について

千葉県では昭和 48年に長生村に千葉くみあい廃プラスチック工業株式会社が設立され、農業用廃プラスチックの処理業務が始まりました。

平成 9年には社名を現在の千葉園芸プラスチック加工株式会社に変更、運営組織として J A 全農ちばが 50%、千葉県が 25%、各市町村で 17%、その他関係団体で 8%を資本出資し処理加工業務を行なうようになりました。



同社は処理の安定化を図るため、国から千葉県が平成 7年度ウルグアイラウンド農業関連対策の補助金を受けて、平成 9年に東金市に「千葉県園芸用プラスチックリサイクルセンター」として設置した施設を賃借して処理の主体として操業しています。

処理能力は年間で、塩化ビニールが約 4,000トン・ポリエチレンフィルムで約 1,000トン。

合わせて 5,000トン程で、平成 14年度の処理量は 3,790トンだったが、平成 19年度には 3,037トンとなり、80.1%と減少傾向にあり、原因としては野菜の販売価格の低迷や燃油肥料高騰化によるものなどがあげられています。

千葉県の平成 19年度におけるビニールハウスの設置面積は約 1,900ヘクタールでハウス・トンネル・マルチ等を合わせたプラスチック類の利用面積は約 18,000ヘクタールとなり、そこから排出されるプラスチック類の量は、塩化ビニール及びポリエチレンフィルムで年間約 6,500トンと推計されています。

回収実績では千葉県全体で 3,037トン、うち富里市は 402.4トンを排出しており、全体の 13.2%を占める結果となっています。

施設に搬入された農業用ビニールは切断・洗浄を繰り返し、最終的には“グラスシュ”（建材用の床材の原料）として業者に販売されます。

一方、農業用ポリエチレンは切断・洗浄し、塊状にしたものを火力発電の燃料として使用されています。

これら排出される廃棄物は、「廃棄物の処理および清掃に関する法律（廃掃法）」に基づき、排出者（農業者）の責任で処理することを義務付けており、不法投棄や野焼きに対しては、5年以下の懲役または、1,000万円以下の罰金が課せられます。

富里市では昭和 54年に富里市農業用廃プラスチック対策協議会（生産者、市、J A で構成）が設置され現在に至っています。

同協議会では、本年度の回収目標（多目的防災網の回収も含む）430トン【塩化ビニール 360トン、ポリエチレン（肥料袋含む）70トン】を予定、平成 22年 8月～10月と、平成 23年 1月～2月の年 2回の回収を実施する事になっています。

また近年の課題として、現在は市役所と J A の職員とで回収作業を行っているが、資材の購入経路については、大型ホームセンターや地元園芸資材店等と多岐にわたる為、今後はそのような取扱い店舗への協議会参入の呼びかけが最優先課題となっています。



富里歌壇

ため息は京料理の夕、雅やか送り火見えねど鱧に夏を知る

伊藤 哲儀

涼風の吹くたそがれの青田なり見渡す一面郷愁さそふ

宮沢 智子

根本名川昔は細くくねりいつ其処がわれらの楽園なりき

立花 法子

華やげるあじさいの花に寄りそいて細く強く半夏生ゆるる

秋葉 清子

こと更に明るく話す娘たち気遣いくるるやわが手術前

黒田 照子

うたごころ服薬に足し飲む時の生きる喜び今日また思う

鳴田 さよ

雑事多き明日を思いて早寝せん宵を降る雨やすらぎ誘ふ

安江 照子

そよ風に自覚むるように花咲きて黄の夕顔はこころ静まる

麦倉千代子

笹竹の弓も幟も供えたりさあ餅投げるぞと人らどよめく

中川キヨ子

昏れおそき紫陽花の庭一人居の決断すべきことはまた来る

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 資 材 課 (購買店舗)	TEL	0476-93-1911	FAX	0476-92-4832
購 買 生 活 部 (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	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

★★★★★ 10月のあなたの運勢 ★★★★★

山羊座

【全体運】自分の考えに固執し、孤立してしまう結果に。柔軟性を発揮して、状況の打開を。気分転換には公園の散歩がオススメ
【健康運】ストレッチで体をほぐせば疲労解消に
【幸運を呼ぶ食べ物】ギンナン

水瓶座

【全体運】行動力が高まっている月。視野を広げて、新しいことに意識を向けてみて。発想力アップにはウォーキングを
【健康運】ストレス解消には適度な運動が効果的
【幸運を呼ぶ食べ物】卵焼き

魚座

【全体運】物事を悪い方にとらえてしまう気配。人の言葉を悪意を受け取りやすいのでは、プラス思考を。鏡を磨くと開運に
【健康運】スポーツの秋を満喫すれば、運気回復へ
【幸運を呼ぶ食べ物】きのご飯

天秤座

【全体運】何事も意欲的に打ち込んでみて。新しい才能に気付くかも。直観に従って動くのが、成功の秘訣(ひけつ)
【健康運】暴飲暴食で体調を崩しがち。要注意
【幸運を呼ぶ食べ物】サンマ

蠍座

【全体運】あれこれ考え過ぎてしまう時期。開き直る気持ちも大切に。心理状態を安定させるにはバスタイムを満喫して
【健康運】ちよっとしだけが気をつけて。慎重に
【幸運を呼ぶ食べ物】ピクルス

射手座

【全体運】知識欲を刺激されそう。どんどん新しいジャンルを開拓してみて。専門知識や特殊技能の習得も
【健康運】肌荒れにご用心。食生活の改善が不可欠
【幸運を呼ぶ食べ物】豆腐田楽

蟹座

【全体運】感情的になりやすいかも。愚痴がエスカレートしがちなので、ほどほどに。幸運を呼ぶには、お風呂や台所の掃除を
【健康運】おおむね安泰。目立つたトラブルはなさそう
【幸運を呼ぶ食べ物】サバ

獅子座

【全体運】何かと好奇心を刺激される時。興味を引くことがあつたら、トライしてみて。インターネット関連も吉
【健康運】あまりさえないので、規則正しい生活を
【幸運を呼ぶ食べ物】梨

乙女座

【全体運】プライベートを充実させたい時期。習い事を始めれば、良い刺激に。スポーツにチャレンジするのも
【健康運】体に良いことは、積極的に取り入れて
【幸運を呼ぶ食べ物】サツマイモ

牡羊座

【全体運】気分の浮き沈みが激しくなりそう。わずかなことでイライラせず、どっしり構えて。リラクセスには芸術鑑賞が◎
【健康運】のんびり過ごせば、体調面にも好影響大
【幸運を呼ぶ食べ物】ダイコン

牡牛座

【全体運】細部を気に掛けてしまいがち。完ぺきを目指さず、何事にも気楽に取り組んで。リフレッシュには家庭菜園が吉
【健康運】疲れをため込まない様、ママに休んで
【幸運を呼ぶ食べ物】カボチャ

双子座

【全体運】レジャー運が絶好調。気の合う仲間たちとにぎやかに過ごして。小説を書くなど、クリエイティブな趣味にツキ
【健康運】オーバーワークに注意。
【幸運を呼ぶ食べ物】柿

JAの自動車共済 トラクター・コンバインなども加入できます！

農業機械と一般車両との交通事故が増えています！保障内容も充実しています！

相手への賠償 ⇒ 対人・対物賠償
あなたの保障 ⇒ 搭乗者傷害・自損事故
農耕車両の保障 ⇒ 車両条項

新規契約（6D）での参考掛金

対人・対物賠償無制限＋対物超過修理費用保障特約＋搭乗者傷害 1,000万円の年間掛金は**8,390円**！
さらに・・・

車両保障**100万円**を付加した場合、掛金は**41,460円**になります。

※農業所得の場合、経費算入できる場合がございます。

※この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

※保障内容、掛金等の詳しい内容は共済課までお問い合わせください。

JA富里市 金融部 共済課 TEL 0476-93-2112
(登録番号：09125720042)

農作業中の事故に・・・

農作業中傷害共済

本人はもちろん、その親族、雇用した方たちが農作業中の事故で死亡されたり、負傷されたとき共済金をお支払します。また、0歳から99歳まで加入することができます。

加入限度

共済金額	年齢	0歳～69歳	70歳～80歳	81歳～99歳
死亡共済金		1,000万円	500万円	50万円
部位・症状別治療共済金		5,000円	2,000円	2,000円

※支払事例

例えば、

50歳時加入（男女共1名あたり、年間掛金**24,200円**）で

腕を骨折した場合に、支払治療共済金は、**175,000円**となります。

※この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

※保障内容、掛金等の詳しい内容は共済課までお問い合わせください。

JA富里市 金融部 共済課 TEL 0476-93-2112
(登録番号：09125720043)

成田警察署からの
お願い



【2010年APECにおける警戒警備にご協力を！】

2010年11月には「APEC（アジア太平洋経済協力）首脳会議」が横浜市で開催されます。

警察では、国内におけるテロ事件の未然防止を図るため、テロリストを国内に潜伏させない為の対策や爆発物を製造させない対策、また、鉄道や空港等の公共機関や多くの人が集まる施設等に対する警戒警備活動や交通規則等を実施し警戒強化に努めています。

県民の皆様のご理解とご協力をお願いします。また、あなたの周辺で「あれ？何か変だぞ。」と思った時は、迷わず110番または成田警察署（27-0110）までご連絡ください。



ブドウ



1粒何m？ ブドウでエネルギー補給

世界中で広く栽培されている果物の一つ、ブドウ。有名なフランスやイタリアをはじめ、さまざまな国のワインがあることからもうかがえます。皮の色によって「赤・緑・黒」系に分けられ、赤は「デラウエア」や「甲斐路」、黒は「巨峰」や「ピオーネ」、緑は「マスカット」などが有名ですが、ほかにもいろいろな種類があります。そのままでももちろんですが、コロっとしたかわいい形や、鮮やかな色を生かして、ゼリーやシロップ漬けなどもおすすめです。ブドウは果物の中でも甘味が強く、ブドウ糖と果糖が主成分。体内ですぐエネルギーになるので、疲労回復に効果的です。なかでもブドウ糖は脳細胞のエネルギー源になるので、朝食のフルーツにぴったり。皮には、ポリフェノールの一種「アントシアニン」が多く含まれます。この成分にはアンチエイジングや、視力機能の回復に効果があり、動脈硬化や心臓病の予防も期待できることから、注目が集まっています。皮ごと食べられる品種や、ブドウを丸ごとしぼって造られるワインやジュースなどから取ることができます。ブドウの皮をよく見ると、白っぽい粉がついています。これは「ブルーム」というブドウから出ている物質で、表面を保護し水分の蒸発を防ぐ働きがあります。満遍なくついているのがおいしい証拠。鮮度を保つ役割もあるので、食べる直前に洗い流すのが鉄則です。ブドウの保存は、ビニール袋に入れ野菜室へ。日持ちしないので、なるべく早く食べましょう。ところで、ブドウは房の上の方と下の方の実では、どちらが甘いかご存じですか？ 答えは「上」。つるに近い房の肩の部分がより甘味が強いので、下から食べていくと最後までおいしく食べられます。ぜひお試しを！

RECIPE ブドウの韓国風シロップ漬け

調理時間 10分 (冷やす時間を除く)



●材料(2人分)

- ブドウ(巨峰など好みのもの).....12粒
- A 砂糖.....大さじ4
- 水.....200ml
- シナモンパウダー.....少々
- ショウガ.....1かけ(10g)
- レモン汁.....小さじ2
- 松の実.....適量

●作り方(1人分99kcal)

- (1)ブドウは皮をむきます。ショウガはすりおろし、汁を取ります。
- (2)Aと(1)のショウガ汁を小鍋に合わせて煮立て、砂糖が溶けたら火を止めます。レモン汁を加えて混ぜ、冷まします。(1)のブドウを加え、冷蔵庫で冷やします。
- (3)器に(2)を盛り、松の実をのせます。

撮影：大井 一範



ご飯を美味しく 食事を楽しく

ご飯

イワシのかば焼き丼

1 人分約 573cal



イワシの手開きが苦手な方は、手開きされたものを使えば簡単。くせも少なくしっかりした味で、ご飯がすすむ一品。背の青い魚（イワシ、サンマ、サバなど）は生活習慣病予防に効果的です。たくさん食べましょう。

作り方

- (1) イワシはうろこを取り洗う。頭を切り取り手開きにする。腹骨をそぎ取る。
- (2) Aを合わせる。
- (3) (1)の水気をふき取り、かたくり粉をまぶす。
- (4) フライパンに油を熱し、(3)の両面を焼いて取り出す。
- (5) フライパンをきれいにして、(2)を入れて少し煮詰め、(4)を戻して絡める。
- (6) 器にご飯を盛り、(5)の汁を少し掛けて(4)をのせる。ネギを散らし、好みで粉さんしょうを振る。

材料(4人分)

温かいご飯…………… 800g
 イワシ(中くらいのもの)…………… 4尾(約 400g)
 かたくり粉…………… 大さじ 4
 サラダ油…………… 大さじ 2
 A 砂糖…………… 大さじ 2
 しょうゆ…………… 大さじ 4
 酒…………… 大さじ 2
 みりん…………… 大さじ 1
 小ネギ(小口切り)…………… 4~5本
 粉さんしょう…………… 少々

もう一品

鶏もも肉と夏野菜のいため煮

1 人分約 358kcal



鶏肉とトマトは相性がいいので、おいしくたっぷりいただけます。ズッキーニはキュウリで代用してもOK。ご飯やパスタにかけて食べるのもおすすめです。

作り方

- (1) 鶏もも肉は2~3cm大に切る。塩、こしょう各少々(材料外)を振る。
- (2) ズッキーニ、ナスは1cm幅の輪切り(大は半月切り)にする。ピーマンは2cm角に切る。
- (3) トマトは8等分のくし形切りにする。ニンニクはみじん切りにする。
- (4) 鍋にオリーブ油と(3)のニンニクを入れて火にかける。(1)を入れていためる。肉の色が変わったら、(2)と(3)のトマトをいためる。
- (5) Aを入れ、ふたをして約10分、中火で煮る。仕上げはふたを取り、強火で汁気を飛ばす。

材料(4人分)

鶏もも肉…………… 2枚(約 400g)
 ズッキーニ…………… 1本(200g)
 ナス…………… 2本(150g)
 赤ピーマン…………… 1個(100g)
 トマト…………… 大2個(500g)
 ニンニク…………… 1片
 オリーブ油…………… 大さじ 2
 A 酢…………… 大さじ 2
 ワイン…………… 大さじ 4
 塩…………… 小さじ 1/2
 こしょう…………… 少々

理事会メモ

平成22年8月25日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。

議案

1. 利息制限法及び出資法改正に伴う信用事業方法書の変更対応について
2. 仮決算状況について
3. 仮決算監査報告について

その他

- ・平成22年度JA全体役員研修会について
- ・組合員座談会実施計画について

7月末の事業実績

	7月31日 現在
貯金残高	19,384,442千円
貸出金残高	6,197,115千円
長期共済保有高	102,121,140千円
販売品販売高	4,243,074千円
直売所売上高	398,712千円
購買品供給高	1,026,251千円
購買品供給高(生活部門)	168,198千円
出資金	526,873千円
組合員数	2,895人
(正組合員: 1,809人 / 准組合員: 1,086人)	

編集後記

最近、挨拶や言葉遣いで気になる時があります。職場でのコミュニケーションが希薄になる中、親しみを持って話している事の表れなのかも知れませんが、自分も含めメリハリのある職場環境を作っていければと思います。まだまだ暑い日が続きますが、皆様も体調管理にはじゅうぶんに焼酎気をつけて暑さを乗りきりましょう。

※JAだより(東美の里)に関するご意見、ご希望等ございましたらお聞かせ下さい。(由)