

東美の里

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2016/No.447

12月号



 JA富里市公式
Facebookページ



Contents

- ニンジン査定会開催…………… P 2
- 営農情報…………… P 4
- 特集 100円ショップを活用
「年末清掃&整理術」…………… P 6・7
- 富里俳壇…………… P 9
- 新鮮食材で楽しくクッキング…………… P 12





富里二エンジンの出荷始まる



市場担当者の説明に聞き入る生産者

J A 人参加は11月1日(火)、中央集荷場で査定会を開き、生産者や市場関係者約300人が集まりました。今年度は重なる台風や日照不足の影響で、生育が停滞するなど例年のない栽培環境となりました。

現品査定では、市場担当者から二エンジンの規格や分類の説明があり、生産者は入念に確認をしていました。島田満部会長は、「今年度の収量



あいさつをする島田人参加会長

減は免れず、どれだけ正品になるか懸念されるが、単価でカバーできるような、役員一同精一杯の努力をしていきたい。生産者の皆さんにもご理解ご協力をお願いしたい」と呼びかけました。

同部は来年4月上旬までに170万ケース(1ケース10*入)、販売高25億円を目標に掲げています。

J A 販売事業課では、有利販売につなげるためにも、事前の出荷報告と選別の徹底をお願いします。

GAPの 経営管理を話す



説明をする斉藤さん

11月1日(火)、千葉県農林水産部安全農業推進主催の農業分野におけるリスク管理研修会で、斉藤農園の斉藤知秀さん(三区地区)が「GAP 取り組み事例に学ぶ適切なGAP 指導方法とGAP手法に基づく経営管理」と題し、(株)ベジテックの徳留康幸氏とともに講師を務めました。

農林総合研究センターで行われたこの研修には、千葉県各地から自治体やJ A、生産者ら約40人が参加しました。

5年前にJ G A P 認証を取得した斉藤さんは、農業経営にG A P 手法を取り入れる優位性を話しました。

最新の農業機械が大集合



たくさんの来場者で賑わった会場

J A グループ千葉は、10月28日(金)〜10月30日(日)の3日間、長柄町のロングウッドステーション特設会場で第41回農業機械大展示会を開催しました。

会場には最新鋭の機械や生産コスト低減を目指した機械など、豊富なラインナップが展示されていました。当J A から85人が参加し、目当ての機械に試乗するなど、最新の農機を間近に感じていました。

富里の秋の恵みがいっぱい!

富里市産業まつりが11月20日(日)、中央公民館前駐車場で開催されました。

会場には農産物や加工品など様々なブースが設けられ、富里の秋を満喫する多くの来場者で賑わいました。毎年恒例のJA青年部の餅つきや、JA養豚部の豚肉のしゃぶしゃぶには長い行列ができるほど好評でした。



富里の豚肉のおいしさを多くの方へ



つきたてのお餅に長い列

中央公民館のロビーでは、前に行われた農産物共進会と、11月8日(火)に行われた肉豚共進会の結果が発表されました。農産物共進会では114点の出品の中から、知事賞や市長賞が決定しました。出品野菜は抽選で希望者に販売され、人気を集めました。



表彰を受ける千葉県知事賞の内山さん



出品された農産物を審査

【農産物の部】

特 別 賞	品 目(品種)	氏 名
千葉県知事賞 イトーヨーカドー成田店店長賞	人参(愛紅)	内山 恭子
富里市長賞 (株)セブンファーム富里代表取締役賞	人参(愛紅)	渡辺 俊明
富里市議会議長賞 ラディソンホテル成田総支配人賞	人参(愛紅)	渡邊 和典
印旛農業事務所長賞 千葉県農業共済組合連合会会長理事賞	大根(青蒼)	中川 智
富里市農業委員会会長賞 千葉県農業協同組合中央会会長賞	白菜(黄ごころ)	関根 昭弘
富里市農業協同組合代表理事組合長賞 北総農業共済組合組合長理事賞	人参(愛紅)	谷口 静枝
丸朝園芸農業協同組合代表理事組合長賞 印旛地域農林業振興普及協議会会長賞	甘しよ (ヘニアスマ)	田中 康裕
千葉県農業会議会長賞 成田国際空港(株)代表取締役社長賞	柿(富有)	小沢 弘一
富里市商工会会長賞 全国農業協同組合連合会千葉県本部部長賞	ゆり(サンベジ)	吉川 勉

(敬称略)

【畜産(豚枝肉)共進会】

特 別 賞	氏 名(地区)
(公社)千葉県畜産協会会長賞 千葉県印旛農業事務所長賞	塩澤 英一 (四区)
千葉県畜産総合研究センター長賞 印旛都市畜産振興協議会会長賞	佐々木 浩 (三区)
富里市長賞 印旛地域農林業振興普及協議会会長賞	鈴木 康明 (高野)
富里市議会議長賞 富里市農業協同組合代表理事組合長賞	佐々木 農場 (金堀)
JA全農ミートフーズ(株)東日本営業本部部長賞 成田国際空港(株)代表取締役社長賞	優等3席
ラディソンホテル成田総支配人賞 千葉県北部家畜保健衛生所所長賞	優等2席

(敬称略)

トピックス

平成28年度JA富里市西瓜部品種試験結果について～抑制スイカ編～



目 的：8月下旬～9月のスイカ抑制栽培における、スイカの食味や秀品率等について既存品種に勝る品種の発見に努めるため実施した。

試験品種：TY-117（東洋農事）、羅皇（ナント種苗）、AT-16（大和農園）、AD-827（萩原農場）

慣行品種：味きららタイプ2（大和農園）、紅太鼓（東洋農事）

台 木：なし

試験委託：JA富里市西瓜部運営委員2名

調査方法：各品種約10株ずつ栽培。8/29(中沢)・9/21(宮内)の2回、収穫調査を実施した。

栽培概要	試験地区	中沢(9尺トンネル)							
	調査日(収穫日)	8/29							
	ベツ幅	180cm							
	株間	80cm							
	播種日	6/15.16							
	交配日	7/26～							
	整枝方法	3本1果どり							
果実	試験品種	味きららタイプ2	祭ばやし11	紅太鼓	TY-117	AT-16	羅皇	AD-827	
	着果節位	16.2	14.7	15.2	15.5	16.8	13.0	13.8	
	平均重量(kg)	11.3	9.1	9.9	10.1	10.5	8.6	9.1	
	等級割合(%)	A	40	100	100	80	80	100	80
		B	20	0	0	20	0	0	0
裂果など	40	0	0	0	20	0	20		
糖度・食味	収穫日数(日)	33	33	33	33	33	32	33	
	着果節位	17	16	16	15	14	13	13	
	重量(kg)	9.7	9.1	9.2	9.7	9.4	7.8	9.5	
	糖度	中心	12.3	12.2	10.6	10.6	11.7	11.4	11.6
		種まわり	11.2	11.0	10.0	11.0	10.2	11.2	11.0
	甘味	3.85	4.15	2.77	1.85	3.23	3.85	3.31	
	酸味	3.15	3.92	2.54	1.62	3.00	3.54	3.00	
	肉質舌触り	3.23	3.85	2.69	2.25	2.92	3.23	3.30	
	果肉色	3.31	4.00	2.62	2.38	2.85	4.08	3.85	
	総合	13.54	15.92	10.62	8.10	12.00	14.69	13.54	
食味者数	13	13	13	13	13	13	13		



糖度・食味検査の様子(9/21)

品種名	調査結果
AD-827 (萩原農場)	・うるみの程度が最も軽かった。 ・果肉色が良い。 ・肉質が緻密。 ・食味はふつつ～良い。 ・裂果が少なかった。
AT-16 (大和農園)	・果肉色が赤い。 ・食味はふつつ。 ・9/21調査でうるみ果が多かった。
羅皇 (ナント種苗)	・食味はふつつ。シャリ感がある。 ・タネが大きい。 ・9/21調査でうるみ果が多かった。
TY-117 (東洋農事)	・色まわりが良くない。 ・9/21調査でうるみ果が多かった。
紅太鼓 (東洋農事)	・味きららタイプ2にくらべ、熟期が2～4日遅い。 ・果肉色が白っぽい。 ・肥大性が良い。 ・食味が良い。シャリ感がある。
味きららタイプ2 (大和農園)	・食味が良い。シャリ感がある。
祭ばやし11 (萩原農場)	・食味が良い。シャリ感がある。皮際までおいしい。 ・9/21調査でうるみ果が多かった。

考 察：今回試験をした4品種と、指定品種である“祭ばやし11”、“味きららタイプ2”、“紅太鼓”を比較した結果、“AD-827”についてのみ次年度も継続して試験を行うこととする。9/21の糖度検査では、7品種中4品種にうるみ果が発生しており、未発生は“味きららタイプ2”、“紅太鼓”、“AD-827”の3品種のみだった。また、他の株を調査した結果、この3品種の中でもうるみ果の程度は、味きららタイプ2>紅太鼓>AD-827という順で、“AD-827”が最も軽く、8/29の調査では食味や果肉の発色も良い結果となった。

JA富里市営農部営農指導課 藤崎綾子



営
農
情
報

こんにちは女性部です！

産業まつり出店！

JA 女性部は、11月20日（日）に開催された富里市産業まつりに出店しました。毎年JA女性部はお揃いの赤い笑味ちゃんエプロンで調理・販売を行っていましたが、今年から白地に野菜や果物を花柄模様と並べたデザインの笑味ちゃんエプロンに衣替えしました。

今年も新鮮野菜の直売を行い、来場者はお目当ての野菜を買い求めていました。また、米粉クリームシチュー、おにぎり（鶏飯、白飯の2個セット）、にんじんゼリーも販売し、「米粉クリームシチューを去年食べておいしかったからまた買いに来た」という方もいて、午前中で完売しました。

なお、野菜販売に関しては、支部員の皆様にご理解ご協力をいただき厚く御礼申し上げます。



笑味ちゃん



今年もたくさん売れました！



お揃いのエプロンでパシャリ

女性部に入りませんか？

JA女性部では、新規加入者を募集しています。現在178人の部員が在籍し、気軽に楽しく参加できる活動や、生活に役立つ研修会などを実施しています。また、食育教育等を通して、子どもたちに食と農の大切さを伝える活動も行っています。女性部に入って、一緒に楽しく学びながら活動をしませんか。

＊対象者：JA 富里市 正組合員とご家族の方

＊年会費：1,000円

※お気軽に事務局までご連絡下さい！（TEL：93-5652 石橋）

今後の予定は、農家組合長回覧「こんにちは、女性部です！」をご覧ください。

いつでもどこでも、みんなのJA

（監修=広島大学 助教 小林元）

地域の健康を見守る
JAでは、地域の元気な暮らしを応援するために、さまざまな活動を行っています。例えば、「運動」「食事」「JA厚生連と連携した健診・介護・医療」の3つに取り組み「JA健康寿命100歳プロジェクト」では、ウォーキング大会などを開催し、地域の健康を見守っています。



耕そう、大地と地域のみらい。



100円ショップを活用

年末清掃 整理術

今年も残りわずか。1年の棚卸しを兼ねて、家中の清掃と整理に取り組んでみましょう。家をスッキリさせるには、特別な道具も高価なグッズも必要ありません。100円ショップを活用すれば大丈夫。手軽でお財布にも優しい方法をご紹介します。



ホーム・オーガナイザー、2級建築士
吉島智美 (よしじま とみみ) さん

住み手に合った「片付け」ノウハウを提案することで「物」「思考」「感情」の整理をサポートしている。これまでに有償での片付け実績は5000時間を超え、セミナー、講演、雑誌、著書にて片付け方法を紹介。

ホームページ yoshijimatomomi.com/
ブログ blog.livedoor.jp/ys_organizer/

重曹とセスキ炭酸ソーダ

まずは、重曹とセスキ炭酸ソーダです。どちらも弱アルカリ性で、酸性の油汚れ落としに適しています。重曹は研磨効果が高く、クレンザーとしてシンクの油汚れや鍋の焦げ付きを落とすのに使えます。

セスキ炭酸ソーダは水に溶けやすく、水500mlに対して小さじ1の割合で混ぜ合わせ、スプレーボトルに入れておくとさまざまな場所で使えて便利です。

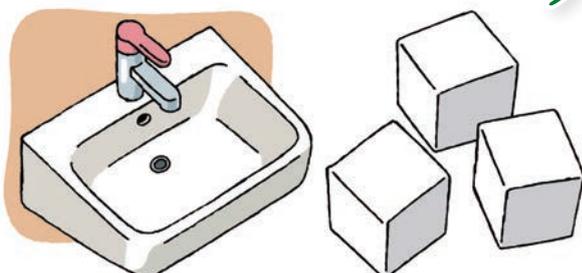
どちらもアルカリ性なので、アルミ製品に使用すると黒く変色させてしまいますからご注意ください。



少しの力で汚れを落としてくれる「メラミンスポンジ」。使い方は簡単です。水を含ませ、しっかり絞った状態で汚れをこするだけ。水栓や洗面ボウルなどは、これだけでピカピカになります。

ただし、洗剤と違って研磨作用で汚れを落としていますので、表面がワックスコーティングされたフローリングや、フィルムが貼られている強化ガラスなどは傷つきやすいため注意が必要です。

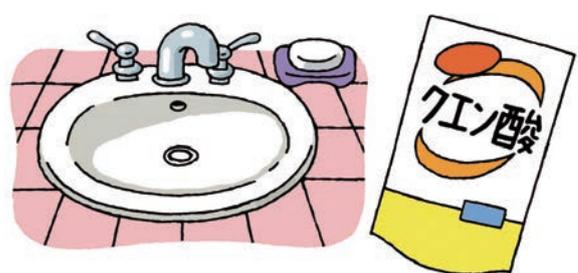
メラミンスポンジ



クエン酸は酸性で、アルカリ性の汚れ(水道水のカルキ、せっけんかす)に適しています。水200mlに対して小さじ1を混ぜ、汚れに吹き掛けて使用します。汚れが頑固な場合は、吹き掛けた後にラップで覆い、しばらくたってから磨くと落ちやすくなります。

塩素系洗剤とは絶対に一緒に使わないでください。有毒ガスが発生して危険です。また、大理石やタイル目地は酸性に弱いので、やはり注意してください。

クエン酸



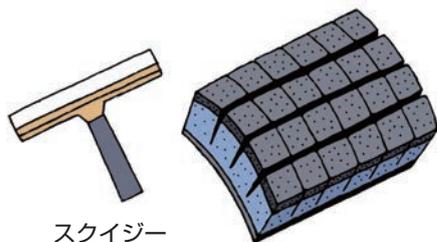


窓周りの清掃は何かと面倒ですが、この二つがあると簡単にできます。

まずは網戸。一般的なタイプの食器用スポンジで軽くなでつけるだけで、かなりきれいになります。汚れがひどい部分はセスキ炭酸ソーダ溶液を吹き付けてから、なでつけるとよいでしょう。

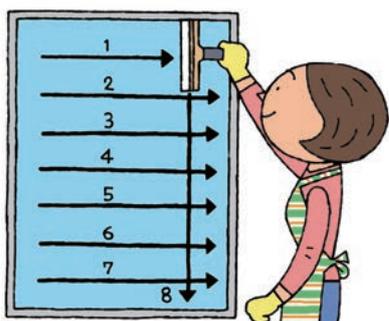
サッシの溝は、最初にブラシや掃除機で砂・ほこりを取り除きます。次に、半分の深さまで基盤の目に切り込みを入れた食器用スポンジ（イラスト参照）を用意します。そのスポンジに水を含ませ、溝に押し付けるようにして磨けばすっきりします。

最後に窓ガラスですが、まず水またはぬるま湯をガラスに吹き付け、その後スクイジーを左から右へと水平にかけ、最後に一番右端の部分を垂直にかければ終了です（イラスト参照）。作業自体はとても簡単なのですが、このスクイジー、うまく使うには少しコツが必要です。ガラスに対してゴムの刃の当たる面積を小さくすること。1列かけるごとに刃を拭いて水気を取ること。そして、できるだけ一気に素早く済ませること。これで窓の清掃は完璧です。



スクイジー

食器用スポンジ

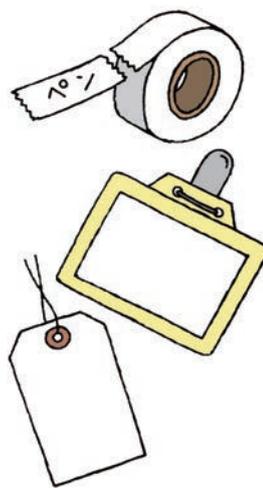


食器用スポンジとスクイジー



マイクロファイバークロスは、極細の化繊を熱で圧着した繊維です。吸水性が高く、軽く拭くだけで小さなちりやほこりをかき取ることができます。洗濯が楽で乾くのも速いため、1枚あると重宝します。

マイクロファイバークロス



マスキングテープ ネームホルダー

収納場所を清掃するときは、中の物を全て取り出すと思います。このときせつかくですから整理も同時に行い、不用品を処分してしましましょう。

必要な物を戻す際、どこに何を収めるか収納する場所を明確に決め、そこへラベルを貼っておくと、それ以降の片付けがとても楽になります。ラベルは、後で剥がしやすく、名称の長短にも臨機応変に対応できるマスキングテープがおすすめです。

籠や布製の箱など、マスキングテープを貼りにくい容器には、針金やひもが付いた荷札、安全ピンの付いたネームホルダーが便利です。

年末年始営業のご案内

窓口業務（総務・信用・共済・販売）

年 末 12月30日（金）午後5時まで
 年 始 1月4日（水）午前8時30分より

A T M

* 当JA店舗・セブン銀行・MICS等提携金融機関
 12月31日（土）～1月2日（月）8:00～21:00

1月3日（火）休止
 1月4日（水）8:00～21:00

購買店舗

年 末 12月26日（月）まで
 年 始 1月4日（水）より通常営業

農機センター

年 末 12月26日（月）まで
 年 始 1月4日（水）より通常営業

産直センター1号店・2号店

年 末 12月31日（土）午後3時まで
 年 始 1月5日（木）より通常営業

農産物の出荷

年 末 人参出荷 12月25日（日）まで
 泥物出荷 12月22日（木）まで
 葉物出荷 12月28日（水）まで
 地場野菜 12月31日（土）まで
 年 始 地場野菜 1月2日（月）より
 市場・その他 1月4日（水）より

虹のホール富里（葬祭） 年中無休

☎92-0983 ※休日も受付可能

キャッシュカード・通帳紛失・盗難連絡先

☎043-202-1171
 （JAバンク千葉カード紛失・盗難受付センター）

クレジットカード紛失・盗難連絡先

☎0120-159-674
 （NICOS盗難・紛失受付センター）

JA共済事故受付センター（自動車共済）

☎0120-258-931

連休中は何かとご不便をおかけいたしますが、どうぞご了承ください。

JA葬祭

JA虹の友 会員募集

入会金 **3,000円**のみ
入会金以外の費用は一切かかりません。

会員特典のご案内

- 虹のホール使用料無料**
 会員本人の葬儀または、会員本人が喪主（施主）として虹のホールで葬儀をおこなう場合、ホール使用料を無料とする。
- 装飾設営費の3万円割引**
 会員本人の葬儀または、会員本人が喪主（施主）として虹のホール以外で葬儀をおこなった場合、装飾設営費を3万円割引とする。（但し、火葬式は除くものとする。）
- 供物の割引**
 会員本人が、JAのとおりおこなう県内での他家の葬儀に、生花・花環・盛籠を供える場合、販売価格から10%割引とする。（但し、JA虹の友加入JAに限る。）
- 仏壇、仏具の割引**
 販売価格から20%割引とする。
- 新盆櫃の割引**
 販売価格から10%割引とする。
- 店舗利用の特典**
 提携店舗での特典を利用できる。（提携店舗はチラシ裏面に記載）

※1、2、3はJA葬祭の取扱いに限る

JA富里市 購買生活課 ☎ 0476-93-5651
 JA葬祭 ☎ 0120-58-0983

農協車両(積載車)売却のご案内

JA富里市で使用していました車両を売却することとなりました。

購入希望の方（組合員）は、1月13日（金）までに総務課までお申し出ください。

※希望者多数の場合は入札となります。

キャンタートラック積載車 3t



年 式	H4年	走行距離	113,861km
排 気 量	3,900cc	燃 料	軽油
ミッション	5MT	車検満了日	H29年5月22日
状 態 等	・排ガス対応 ・エアコン不始動・積載リモコン不始動		

最低落札価格：378,000円（税込）

※最低落札価格は、下取り価格を基に設定しております。

※別途リサイクル料5,070円要。

※諸費用は購入者負担となります。

※名義変更等の手続きは購入者をお願いします。

富里俳壇

新涼や風に向かひて早歩き

秋の日に若さ弾ける応援歌

蟻螂の捕らへてしばし固き顔

秋の蚊を叩きて見事かはさるる

空高く感ずる道理百舌鳥鳴けり

町工場プレス踏む音秋澄めり

衣被おつぺしと云ふ里言葉

旬の道は心の支へ敬老日

薬握るそんな齡かと擲擧されつ

名を呼ばれ背筋を伸ばす文化の日

南陽俳句会	古川 雄一	高田 柴秋	秋葉 紅陽	稲毛 信子	水野 俊徳	小林 昭治	寒 郡 政雄	鈴木 遊琴	金子 静江	迎 田 正子
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	-------	-------	--------

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。

☆☆☆☆☆☆ 1月のあなたの運勢 ☆☆☆☆☆☆

<p>山羊座 【全体運】自分に自信が持てる星回り。どんどんアクションを起こして。過去にうまくいかなかったことにもリベンジ可能 【健康運】まずまず。軽い運動が健康キープの秘訣(ひげつ) 【幸運を呼ぶ食べ物】おから</p>	<p>天秤座 【全体運】思い込みが激しくなる暗示。独断で動くこと失敗するので、周囲の意見には謙虚に耳を傾けて。おせっかいもNG 【健康運】暴飲暴食は控えて。胃腸を休めると好転 【幸運を呼ぶ食べ物】水菜</p>	<p>蟹 座 【全体運】勢いのあるときと落ち込んだときの差があり過ぎ。素早い気持ちの切り替えが運氣回復の鍵。芸術鑑賞で気晴らしを 【健康運】スポーツにつき。腕が上達しやすい 【幸運を呼ぶ食べ物】あんこ</p>	<p>牡羊座 【全体運】ちよっとしたことで、やる気がダウンしやすい月。気分が流されず、計画性を大事にして。気分転換には散歩へ 【健康運】不規則な生活の改善を。体調に好影響大 【幸運を呼ぶ食べ物】伊予カン</p>
<p>水瓶座 【全体運】ケアレスミスが増えるそうなので、慎重に。慣れた作業ほど確認が必須。気力アップにはフットマッサージが有効 【健康運】うがい励行を。積み重ねが好運の呼び水 【幸運を呼ぶ食べ物】アンコウ</p>	<p>蠍 座 【全体運】スムーズに人脈を広げられる予感。初対面の相手にも気さくに声を掛けてみて。新しい習い事を始めるのも◎ 【健康運】良好。特に問題なく、元気に過ごせます 【幸運を呼ぶ食べ物】ハクサイ</p>	<p>獅子座 【全体運】物事を深刻に受け止め過ぎてしまう時期。お気楽に構えるのがベスト。玄関に白い花を飾ると運を呼び込みます 【健康運】まめに動くことで、健康に近づけそう 【幸運を呼ぶ食べ物】ナバナ</p>	<p>牡牛座 【全体運】行動力が高まり、未体験ジャンルにも果敢に取り組みそう。思い切って動くこと幸運を呼び込むので、積極的に 【健康運】同じ姿勢を続けず、血行促進を図ろう 【幸運を呼ぶ食べ物】セリ</p>
<p>魚 座 【全体運】知的好奇心が高まる兆し。カルチャーセンターに通ったり、講演会を聴いたりするのに最適です。映画観賞も吉 【健康運】過労は×。心身の十分な休息を忘れずに 【幸運を呼ぶ食べ物】長ネギ</p>	<p>射手座 【全体運】プライベートの充実を図りたい期間。趣味や得意なことに意識を向け、楽しむとグッド。読書からも発見あり 【健康運】うっかりしがち。小さなけがに注意して 【幸運を呼ぶ食べ物】ワカサギ</p>	<p>乙 女 座 【全体運】レジャー運が活性化。気の合う仲間たちとぎやかに過ごせば、英気を養えるはず。ドライブや旅行も良い刺激に 【健康運】日々の疲労をためず、笑顔をキープして 【幸運を呼ぶ食べ物】タラ</p>	<p>双子座 【全体運】信ぴょう性の低い情報に惑わされがち。ロコミやうわさには安易に飛び付かないこと。開運にはヒーリング音楽を 【健康運】ストレスを感じやすい月。笑いで発散を 【幸運を呼ぶ食べ物】芽キャベツ</p>

今月の表紙

かがやけ未来の後継者

富里市七栄(七栄中央地区)

谷 口 ^{ゆたか} 豊くん(2歳)



今回は七栄中央地区の谷口さんのお宅に伺いました。
 撮影の2日前に2歳の誕生日を迎えた豊くん。
 パースデイケーキや、たくさんの誕生日プレゼントでお祝いを
 してもらったそうです。
 最近、歌を歌ったり踊ったり、数字を見つけたり数えたりす
 るのが好きなんだそうです。
 好きな食べ物は、自宅で獲れたニンジンやブロッコリー。
 畑では、クマの帽子をかぶり、元気な笑顔をいっぱい見せて
 くれた豊くんでした。
 ご両親は、これからも健康で心豊かに育ててほしいと話して
 いました。

【父：学さん】 【母：綾香さん】

※ 東美の里では表紙に出てくださいる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)

私たち人間は恒温動物で、体内で熱をつくり出すことで一定の体温を保っています。体の表面と内部では温度差がありますが、皮膚表面は脇の下で測ると36度くらい、口の中心や肛門内で測るとそれよりやや高い程度で、それほど違いはありません。

赤ちゃんの機嫌が良くない、風邪をひいたかな、熱があるかな、というときは、いつもの健康なときの体温と比較するとよいでしょう。そのため、健康なときに正しく検温して『母子健康手帳』に記載しておくことが役立ちます。

大人であれば気候の変化はすぐに分かります。「この冬は厳しいぞ」などと独り言をつぶやきながら、熱いお茶を飲んだりします。実は意識するでもなく空気が乾燥しているかどうかまで感じ取っていて喉の渇きを癒やしているのです。さらに襟元を暖かくするなど、季節の移り変わ

すくすく子育て チャイルドケア



厳しい寒さ

公益社団法人母子保健推進会議会長 ● 荻野 悟郎

りに対応しながら、体調を悪くしないよう工夫しているのです。

こうした行動は日常的な風邪予防に大変役立つと思いますが、小さな赤ちゃんに対しては、風邪予防を意識的に行うよう心掛ける必要があります。

同じ条件の寒さでも、大人と赤ちゃんでは違いがあり、赤ちゃんは体が小さく体重の割に皮膚の面積は大きいので、大人と赤ちゃんを比較すると赤ちゃんの方が気温の変化を受けやすいのです。煮物をするとき具材を小さく切った方がよく火が通るのと同じようなものです。

大人が寒いと感じたら、小さな赤ちゃんはそれよりも早く寒さを感じているはずです。それが時には寒さに強い体をつくることにもなりますが、小さな赤ちゃんを理解して、寒さの厳しい季節は育児の知恵を働かせましょう。



定期人事異動

定期人事異動を12月1日付で発令しました。内容は以下の通りです。今後もよろしくお願い致します。

氏 名	新 任 部 署	旧 任 部 署
鈴木 勝 弘	産直事業課 課長代理	購買生活課 課長代理
岩 澤 由 幸	総務課 課長	営農指導課 課長
齋 藤 昌 嗣	営農指導課 課長 (昇格)	営農指導課 課長代理
小野沢 龍 洋	金融営業課 課長代理 (昇格)	金融営業課 係長
川 松 大 輔	購買生活課 係長	総務課 係長
上 原 隆 之	金融営業課 係長	融資課 係長
根 本 賢 明	融資課 係長	金融営業課 係長
相 川 康 行	営農指導課 係長	購買生活課 係長
椿 司	購買生活課 係長 (昇格)	購買生活課
高 橋 浩 輔	金融営業課	産直事業課
木 川 貴 弘	共済課	金融営業課
高 橋 和 樹	購買生活課	共済課



冬の貯金はJAへ!
 皆さまのご来店を心よりお待ちしております!

JA富里市

「JAとのお取引はこれから」というお客さまもお気軽にご相談ください

年金受給のお手続き

JAがお手伝いします!

国民年金をはじめとする公的年金を受け取るためには、請求手続きが必要となります。

JA富里市では、年金専任の担当者が、皆さまの年金受給のお手伝いをいたします。どうぞお気軽にご相談ください。

【お問い合わせは】
 ☎93-2112 金融課 担当鈴木まで

情熱カレー!

忙しい年末は

- ◇甘口・中辛・辛口の3種類
1パック (210g) 210円 (税込)
- ◇手みやげや贈り物にもどうぞ!
5パック (手提げ箱入) 1,050円 (税込)



料理研究家 波多野充子

柿とキュウリのサラダ

1食当たり約 98kcal



材料(2人分)

- 柿…………… 1個
- キュウリ…………… 1本
- 塩昆布…………… 少々
- 塩…………… 小さじ1/2
- こしょう…………… 適量
- ごま油…………… 小さじ2

フルーツの中でも栄養価が高い柿には、ビタミンCとβ-カロテンが多く、疲労回復・美肌・アンチエイジングなどに効果的です。味が染み込みやすいように軽くたたくて割ったキュウリと合わせれば、食感も抜群！塩昆布の量により、塩加減は調整しましょう。

作り方

- (1) キュウリのへたを取り、まな板の上ですりこぎなどを使い、回しながら5～6回、キュウリがつぶれるくらいの力で叩き、手で割る。
- (2) 柿は皮をむき一口大に切る。
- (3) ボウルに塩・こしょう・ごま油を合わせ、キュウリ・柿・塩昆布を加えて混ぜる。



マグロのすき焼き

1食当たり約 328kcal



材料(3人分)

- マグロ…………… 約150g(1さく)
- シュンギク…………… 1束
- ネギ…………… 2本
- シタケ…………… 3枚
- マイタケ…………… 100g
- レンコン…………… 60g

- 焼き豆腐…………… 1丁
- 白たき…………… 1袋
- すき焼きのたれ…………… 適量
- ごま油…………… 少々
- 卵…………… 3個

作り方

- (1) マグロのさくは厚さ5mm程度の斜め薄切りにする。
- (2) シュンギクは根元の堅い部分を切る。ネギは斜め切り。シタケは石突きを取り、十文字の切り込みを入れる。マイタケは食べやすい大きさに手で分ける。
- (3) レンコンは薄切りにし、水にさらしてあくを抜く。焼き豆腐は10等分に切る。白たきは熱湯でさっとゆで、食べやすい長さに切る。
- (4) 熱したすき焼き鍋にごま油を薄く敷き、マグロとシュンギク以外の材料を並べてすき焼きのたれを加える。
- (5) 全体に火が通ったらマグロとシュンギクを加え、あまり煮過ぎないうちに卵を付けていただく。

マグロの赤身と季節の野菜で作る、おいしくてリーズナブルなすき焼きです。旬のレンコン・ネギ・きのこ・シュンギクなどをたっぷり入れましょう。マグロはサッと火を通せば完成。熱々を卵にくぐらせていただきます。

10月末の事業実績

	10月31日現在
貯金残高	20,811,066千円
貸出金残高	6,019,021千円
長期共済保有高	96,715,090千円
販売品販売高	5,400,123千円
直売所売上高	609,813千円
購買品供給高	1,454,402千円
出資金	591,602千円
組合員数	2,989人

(正組合員：1,766人／

准組合員：1,223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。

理事会メモ

平成28年11月24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. 稟議規程の一部変更について

編集後記

11月に54年ぶりの積雪がありました。楽しそうに通学する小学生達を横目に、寒さに震えながら車に乗り込んだ朝でした。今年も残すところあとわずか。この一年たくさんの方々にご協力いただいたことを、この場を借りてお礼申し上げます。(玉)

*JAだより(東美の里)に関するご意見・ご感想などがございましたら、ぜひお聞かせください。

