

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2017

10

月号

No.457



東美の里



TOMINOSATO

JA富里市



CONTENS

大根査定会	P 2
営農情報	P 4
特集「今日から始めよう!生活習慣病予防」	P 6・7
富里俳壇	P 9
新鮮食材で楽しくクッキング	P 12

今月の農ラッソ

もろぐちゆきお
諸口幸雄さん
詳細はP11へ

JA富里市公式
Facebookページ





JA大根部会は10月2日(月)、JA会議室で査定会を行いました。生産者15人やJA全農ちば、指定市場2社を集め、曲りやキズなどの出荷基準を確認しました。

富里産のダイコンは、市場評価も高く、千葉県産のトップバッターとしてその品質が注目されています。



選別基準を確認する生産者

同部会の諸口幸雄部長は「有利



良質の良い富里のダイコン

販売につながるためにも、しっかりと選果・選別をお願いしたい」と生産者に呼びかけました。

JA全農ちばによると、東北主産地の潤沢な出荷が続いていることや、近在産地の生育も順調であることから、入荷量は多く、軟調な販売が予想されています。

販売課担当者は「正確な出荷情報を生産者にお願ひし、1円でも高く販売していきたい」と話しました。

同部会では、15万ケース販売高1億2,000万円を目標に掲げています。

座談会で意見交換



貴重なご意見をありがとうございました

JAは9月8日(金)、JA3階大会議室で平成29年度組合員座談会を開催しました。

56人の組合員が参加する中、JAは各事業の仮決算結果や、地域農業振興5カ年計画の進捗状況等について報告をしました。

その後の質疑では、耕作放棄地についてや、これからの富里農業に関するご意見などをいただきました。

JAは、これらを真摯に受け止める、組合員の経営や暮らしに貢献できるよう努めていきます。

9割が1等米に

JAは8月30日(水)から、平成29年産の米の検査を行いました。生産者65人が、「コシヒカリ3.800袋(1袋30キ)」やふさこがね400袋を出荷しました。

検査員が出荷された米の水分、整粒歩合、被害粒などを検査しました。

今年は、天候不順の影響などもありましたが、約9割が1等に格付けされました。

JAは、富里産米の学校給食への供給や、産直センターでの販売を通し、米の地産地消に努めていきます。



米の検査をする職員

ジャンボカボチャ勢揃い

J A 青年部は9月15日(金)、毎年恒例となったジャンボカボチャ計量大会を行いました。

12人の青年部員が育てた、アトランティックジャイアント18点が出品され、1位には、金堀地区の粕谷晃久さん(46・5キ)が輝きました。

今年は、天候不順の影響で、病害虫の発生が多く、栽培が難しい年となりましたが、立派なカボチャが勢揃いしました。

出品されたカボチャは、八口ウイン用の需要に向け、市場出荷されました。



栽培した青年部の皆さん

ニンジンへの種まきに挑戦



“ちはま”の種をまく富小児童

富里小学校3年生約120人が、9月11日(月)に学校内の畑で、ニンジンの種まきを行いました。

同校3年生は、社会科学学習で毎年農家の仕事について学んでいますが、今年は、市町村別の生産量が全国1位の「富里ニンジン」を取り上げることになりました。

宮農指導課が栽培の指導にあたり、児童達が富里の農業に興味を持ち学べるよう、サポートしています。

ニンジンの種子を手にした児童達は、一粒一粒ていねいに播種をしていました。

産直センターで仕事体験

南小学校6年生の児童2人が9月12日(火)、産直センター1号店で職場体験をしました。

「ゆめ・仕事びったり体験」と題した総合学習の一環で、児童達が大人の仕事を身近に観察したり、会話をしたりする中から、自分の将来の仕事や、学校で学ぶことの意味などを考える機会を目的に行われました。

野菜の袋詰やレジでの接客、取引先の配送補助などに挑戦した児童達。緊張しながらも、一生懸命に仕事をこなしていました。



職員とレジに立つ南小児童

レベルアップを目指して



優秀賞を受賞したLA部門の大木沙織さん

共済課と金融営業課は9月7日(休)、J A 共済のサービス向上などを目的に「J A スマイルサポーター・L A コンクール予選大会」を開催しました。

スマイルサポーター(窓口担当者)2人と、ライフアドバイザー(L A)7人が出場し、お客様への対応や提案力などをロールプレイング方式で競い合いました。審査の結果は、以下の通りとなりました。

優秀賞【スマサポ部門】 木川貴弘
【L A 部門】 大木沙織

トピックス

平成29年度 J A 富里市西瓜部品種試験結果について～3倍体黒皮スイカ編～

目 的 6月下旬～7月のトンネル栽培において、厳しい気象条件下でもうるみにくく、糖度・食味が安定する品種を発見し、最後までシャリ感のある美味しい富里スイカを目指すために実施した。

試験品種 ひとつだね Bear (萩原農場)、ほお晴れ BK (丸種)

慣行品種 ブラックジャック (ナント種苗)

試験委託 JA 富里市西瓜部員 2 名

調査方法 各品種20株ずつ栽培。7/6(宮内)・7/13(大堀)の2回、収穫調査を実施した。

耕種概要 試験地区：大堀(9尺トンネル)、収穫日(調査日)：7/13、ベッド幅：180cm、株間：85cm、定植日：5/1、交配日：5/26～、整枝方法：4本整枝2果どり、台木：かちどき2号(萩原農場)



項目 品種	調査結果(大堀)							糖度・食味検査結果(大堀)						
	平均重量(kg)	等級割合(%)				平均着果節位	節間の長さ(cm)	茎径(mm)	検査日数	重量(kg)	着果節位	糖度検査		食味検査総合得点
		A	B	C	外							中心	種まわり	
ブラックジャック	9.19	80	0	20	0	13.0	11.2	10.2	44	9.60	14	11.9	11.7	117
ひとつだねBear	8.51	80	0	20	0	13.0	12.2	9.8	44	8.70	12	14.2	13.0	151
ほお晴れBK	9.23	40	0	60	0	12.0	12.5	7.7	44	8.34	12	11.5	12.4	126

品種名	講評
ブラックジャック (ナント種苗)	<ul style="list-style-type: none"> ・草勢は最も強く、節間の長さが一番短かった。 ・割れ、空洞果が少なく、最も秀品率が高かった。 ・他の2品種より、糖度のり、食味が劣った。
ひとつだねBear (萩原農場)	<ul style="list-style-type: none"> ・草勢は、ブラックジャックの次に強かった。 ・割れ、空洞果はややあるが、ブラックジャックの次に秀品率が高かった。 ・糖度のりがとても良く、シャリ感があって、食味もとても良い。
ほお晴れBK (丸種)	<ul style="list-style-type: none"> ・最も玉伸びしたが、割れが少しあり、空洞果がとても多かった。 ・果肉は緻密で、食感はブラックジャックやひとつだねBearとは異なる。 ・糖度のり、食味はひとつだねBearの次に良い。

※食味検査は、10名(西瓜部運営委員、JA職員)で実施した。品種名を伏せて、甘味・酸味・肉質舌触り・果肉色をそれぞれ5段階で評価し、総合得点を出した。

※「糖度・食味検査結果」の数値は、各品種1玉を検査した結果である。

※茎径は、着果節のツルの太さである。

※「調査結果」の数値は、各品種10玉ずつの平均であり、及びそれらが着果しているツル10本を調査した平均値。

※ブラックジャックの重量は、果実6玉の平均値。

※ひとつだね Bear の重量は、果実22玉の平均値。

※ほお晴れ BK の重量は、果実15玉の平均値。



糖度・食味検査の様子(7/13)

考 察 今年試験した3品種の中で、糖度・食味が最も良かったのは、「ひとつだね Bear」であった。しかし、「ブラックジャック」に比べ、空洞果・割れが多かった。「ひとつだね Bear」は、今年で2年目の試験となる。高糖度でシャリ感があり、食味に優れる。そして、うるみ果が少ない。一方、今年の「ブラックジャック」はうるみ果が発生し、糖度・食味は「ひとつだね Bear」に劣った。また、今年初めて試験した「ほお晴れ BK」は、「ブラックジャック」や「ひとつだね Bear」と比べて食感が異なり、果肉は緻密で糖度・食味は良かった。しかしながら、空洞果がとても多く、秀品率が悪かった。今後は、「ブラックジャック」、「ひとつだね Bear」の品種特性を生かした作型や栽培技術の向上を検討したい。

J A 富里市営農指導課 藤崎 綾子



こんにちは女性部です！

～今後の予定～

- 10月 6日（金）役員支部長会議
- 10月24日（火）生産部・女性部合同視察研修会



～お知らせ～

『家の光』12・1月号セット購読の受付を行っております。

『家の光』は、JA 女性組織の部員拡大・活動の活性化の参考になる事例・情報を中心とした内容となっており、女性組織活動を支える学習資材として有効です。

そこで、JA 千葉女性部協議会では、学習・文化活動の一環として『家の光』普及活用運動を実践しています。暮らしに役立つ記事のほか、12月号には別冊付録として、毎年好評の家の光家計簿が付いていますので、この機会にぜひご試読下さい。

- 誌代（12・1月号セット）：1,914円（12月号1,008円、1月号906円）
- 年間予約購読：8,623円
- ※別冊付録 12月号「2018年 家の光家計簿」
- 「2018年未来にのこすわたしノート」
- 1月号 「四季の野菜で健康レシピ」
- 「家族がもめない安心「相続」BOOK」



JA 女性部では、新規加入者を募集しています。

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、食農教育等を通して、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。

女性部に加入して楽しく学んでみませんか？

- *対象者：JA 富里市 正組合員および家族の方（70歳までの方が部員の対象となります）
- *年会費：1,000円

【お問い合わせ・お申込み】事務局（石橋 TEL：93-5652）までお願いします。

知って納得JA

—協同組合の力—

Q JAはなぜ銀行や保険会社のような事業をしているの？

A 信用・共済事業を通じて、組合員の営農とくらしを守り、より豊かにするためです。

協同組合のルーツの一つは信用・共済事業です。特に農村では、地域の人々がお金や米を出し合って積み立て、そこから困った人がお金を借りたり、災害に遭われた人にお金や米を援助したりするなどの仕組みが、草の根的につくられてきました。こうした地域の「相互扶助」の仕組みが、信用・共済事業として発展してきました。

JAの信用事業は、組合員間で資金を積み立てて融通し合うので「相互金融」と呼ばれ、組合員の営農やくらしに役立てられています。

JAの共済事業は、互いを信じ救い合う「相互扶助」の精神の下で行う非営利事業です。組合員のくらしを守るため、「ひと」「いえ」「くるま」などの保障を充実させています。

（監修＝広島大学 助教 小林元）

「協同の精神」に基づいて行われる JAの信用・共済事業

信用事業



JAとJA信連、農林中央金庫（農林中金）は「JAバンク」を構成して、金融機関として機能しています。JAバンクはグループ全体のネットワークと総合力で、農林水産業や国民経済の発展に貢献しています。

共済事業



JAとJA共済連が共同で共済契約を引き受け「JA共済」として保障を提供しています。JAはJA共済の窓口として各種手続きを行い、JA共済連は各種の企画、仕組み開発、資金運用、支払い共済金にかかる準備金の積み立てなどを行っています。





特 集

今日から始めよう！

生活習慣病予防

生活習慣病は、生活習慣を見直すことで予防や改善に導くことができます。

専門医である日本生活習慣病予防協会の池田義雄理事長にお話を伺いました。



池田 義雄
(いけだ よしお)

医学博士。専門は内科学（糖尿病・肥満）、健康医学（生活習慣病・メタボリックシンドロームなど）。日本生活習慣病予防協会理事長の他、糖尿病治療研究会名誉顧問、タニタ体重科学研究所名誉所長、セルフメディケーション推進協議会会長などを務める。『量る・計る・食べるダイエット』（アスペクト）ほか著書多数。

生活習慣病とは

生活習慣病とは、さまざまな疾患の総称です。偏った食事や運動不足、睡眠不足、喫煙、過度の飲酒、過度のストレスなど、好ましくない生活習慣や環境の積み重ねが、発症のリスクを高め、疾患の進行にも深く関わっています。

具体的には、糖尿病、高血圧、脳卒中に動脈硬化、高尿酸血症／痛風、脂質異常症（高脂血症）、心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、脳出血、肺がん、大腸がん、骨粗しょう症、肥満症／メタボリックシンドロームなどが挙げられます。

「一無、二少、三多」のライフスタイル

生活習慣病予防のため、日本生活習慣病予防協会では「一無、二少、三多」のライフスタイルを提唱しています。

一無 禁煙

二少 少食、少酒

三多 多動、多休、多接

生活習慣病リスクをチェック！

生活

- 40歳以上である
- 20歳時より体重が25%以上増えている
- おなか回りがぼっこり出ている
- 大食漢である
- たばこを吸う
- お酒をよく飲む
- 体を動かすのが嫌い
- 夜更かしが多く、睡眠不足である
- 多忙で休養が取れない
- ストレスがたまっている

食事

- ご飯やパンなど（炭水化物）の摂取量が多い
- 脂っこいものが好き
- ほぼ毎日間食をしている
- 深夜の時間帯によく飲食する
- 朝食は食べたり、食べなかったり
- 早食い、ドカ食い、ながら食いが多い
- 濃い味付けが好みである
- 外食やファストフード、レトルト食品をよく利用する
- 甘い清涼飲料水をよく飲む
- 野菜や海藻類の摂取量が少ない

運動

- 運動不足だと実感している
- 1日の歩数は7000歩未満が多い
- 移動には車をよく使う
- つい階段での移動を避けてしまう
- 継続して行っているスポーツはない



「一無、二少、三多」のこれら6項目のライフスタイルを実行できている人ほど、肥満の程度、血圧、血糖、中性脂肪、コレステロール、尿酸などの検査値が良くなるのが分かっており、罹患（りか）率も実行できていない人に比べて低いという研究データが出ています。1項目実行できなくなるとに罹患率は高まります。

6項目のうち「少食」については腹八分目を心掛けることです。これは、現在の自分の食欲や満腹感に対する八分ではなく、20代前半の食事量の八分です。生きていくために最低限必要なエネルギー（基礎代謝）は、20歳をピークに徐々に落ちていくので、加齢とともに食べる量も減らす必要があります。20代の頃と同じエネルギー量を取っていても肥満につながります。

「多動」は、十分な運動を意味します。運動は、通勤や買い物で歩いたり、エレベーターを使わず階段を上がるなど、頭では分かっているても意識しなければなりません。運動はその気になって、心でするものと考えてください。

「多接」とは、多くの人や事、物に接するという意味です。人との出会いや交

年齢に応じて

流により絆も生まれ、いろいろな物事に触れることで好奇心が満たされます。何歳になっても好奇心旺盛で、精神的に豊かであることが、生活習慣病を遠ざける一つの要因にもなるのです。これはストレス軽減とも深い関係があります。

日々の積み重ねが発症につながるため、まだ病気とは縁のない20代から「一無、二少、三多」を実践し、生活習慣病予防を心掛けてほしいものです。重大な合併症の発症に至るまでには20年も30年もかかる場合が多いのが生活習慣病です。

近年は定年の年齢も上がっています。年を取っても仕事ができる体づくりが大切です。今現在、生活習慣病を抱えている人も、その疾病の性質をよく知って、それ以上悪化させないよう、生活習慣を見直していきましよう。

取材協力：一般社団法人 日本生活習慣病予防協会
<http://www.seikatsusuyukanbyo.com/>

判定やいかに……

生活 の項で5個以上当てはまる人は、**要注意!**

40歳を超えると、生活習慣病リスクは高まります。加えてたばこやお酒、ストレスが、さらに生活習慣病を誘引。おなか回りがメタボ（腹囲が男性：85cm以上、女性：90cm以上）になっている人は、食事や運動をはじめとする生活習慣全般の見直しが必要です。

食事 の項で5個以上当てはまる人は、**要注意!**

外食やファストフードが日常で、夜更かししながら寝る前まで食べているような人は、血糖値や中性脂肪が上昇します。さらに濃い味付けが好き、魚より肉、野菜や海藻類など食物繊維の取り方が少ない、などの食生活は動脈硬化を促進します。食事は規則正しく、腹八分目でバランス良く食べることが大切です。

運動 の項で3個以上当てはまる人は、**要注意!**

日頃から通勤以外は歩かない、という人は週3回以上、30分以上は歩くよう意識して生活してみてください。運動量は、ご自身の体力・体調を見ながら調整を。体を動かすことは心身の諸機能を高め、ストレス解消にもつながります。

三つのカテゴリーのうち二つ以上に「要注意」が出たら、生活習慣病リスクが高く、すでに予備軍になっている可能性があります。これらの不摂生は、短期間ではそれほど体に影響を及ぼさないため、なかなか気付かないものですが、10年、20年とその習慣を続けていくうちにある日突然発症する、それが生活習慣病の怖いところです。

手遅れになる前に、年に1回は健康診断を受け、数値異常が見つかった際は生活習慣の改善に取り組みましよう。最寄りの医療機関で受診することをお勧めします。



年金で紹介キャンペーン!

平成29年12月31日まで

期間中、当JAに年金口座をご指定いただける方へ



～ご紹介いただいた方&された方に～

- ①フルーツ詰合わせ ②野菜詰合わせ ③産直利用券1500円分の内いずれか
1つと、クオカード500円分をプレゼント!! (詰合わせは1500円相当のもの)

◆ご家族・ご友人をぜひご紹介ください!◆

年金専任担当者が親身になって、皆さまの年金受給手続きのお手伝いをいたします。

くわしくは金融課まで ☎93-2112

成田警察署からのお知らせ

過激派の非公然アジト発見にご協力ください!

非公然アジトとは、過激派が、单身や夫婦など善良な市民を装い、マンションやアパートに潜み、「テロやゲリラ」事件を引き起こすための準備をしている場所です。

あなたの周りにこんな人、武器を製造しているところはありませんか?

- 部屋への出入りの際、周囲を異常に気にしている。
- ことさらに近隣の住民と接しないようにしている。
- 部屋の中で工具類を使う音がする。
- 部屋の中から火薬・薬品類の臭いがする。

非公然アジトを発見するためには、皆様のご理解とご協力が不可欠です。

もし、あなたの周辺で「あれ?なんか変だぞ!」と思ったときは、どんな些細なことでも構いませんので、110番または成田警察署(0476-27-0110)、最寄りの交番、駐在所までご連絡ください。



エコキャップ回収終了のお知らせ

平成22年度からJA女性部が中心となり、皆さまにご協力いただいたエコキャップ回収活動(換金額をJCV:世界の子どもにワクチンを日本委員会へ寄贈)は、再生プラスチック回収業者の都合により、9月をもって終了とさせていただきます。

7年間で回収した個数は約44万個。ワクチンにして約510人分となりました。

ご協力いただいた皆さまへ、心よりお礼申し上げます。

千葉労働局からのお知らせ

～千葉県最低賃金が改正されました～

千葉県内の事業所で働くすべての労働者(パート、アルバイト等を含む)および、その使用者に適用される千葉県最低賃金(地域別最低賃金)が、平成29年10月1日から時間額868円に改正されました。(26円引き上げ)

詳しくは、千葉県労働局または最寄りの労働基準監督署へお問い合わせください。

千葉労働局労働基準部賃金室 TEL.043-221-2328
24時間テレフォンサービス TEL.043-221-4700

【退職】平成29年8月31日付

◇金融部金融課係長 平山 辰也 組合員・地域住民の皆さま、大変お世話になりました。

富里俳壇

蚕豆そらまめや過保護な程の綿布団

林田 美恵子

風鈴や風吹かぬ日の知らんふり

田代 仁志

風鈴のよく鳴る日なり父を恋ふ

鈴木 遊琴

夏帽子鏡の妻を若くせり

古川 雄一

灯ともりて友の忘れし夏帽子

高田 柴秋

ピアノ聴く会堂の外蟬しぐれ

水野 俊徳

外灯に人通り無く蛾を照らし

長野 芳枝

戸を緑れば久々の雨百合咲けり

迎田 正子

立秋も暑いですねと擦れ違ふ

稲毛 信子

運動会脱げてしまひしスニーカー

寒郡 政雄

それぞれの向きを極めり大芙蓉

秋葉 紅陽

駅前に喫茶室あり赤とんぼ

小林 昭治

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。

★☆☆☆☆☆☆ 11月のあなたの運勢 ★☆☆☆☆☆☆

<p>山羊座 【全体運】1人でいるより、気の合う仲間たちと行動した方がつきに恵まれそう。旅行や飲み会の誘いには気軽に応じて</p> <p>【健康運】ストレスを感じやすいかも。気分転換を</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ニンジン</p> <p>12/19 - 1/22</p>	<p>天秤座 【全体運】興味のあることに意識を向けるとうれしい発見があるかも。気になっていた趣味や新しい事を始めるのも大賛成</p> <p>【健康運】疲れを感じやすいよう。しっかり休息を</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】シイタケ</p> <p>9/23 - 10/23</p>	<p>蟹座 【全体運】積極性が高まり、リーダー役を任せられる機会が増えるかも。意欲的に引き受けて。面倒見の良さを発揮すると吉</p> <p>【健康運】健康への通信は禁物。きちんとケアして</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ゴボウ</p> <p>6/22 - 7/22</p>	<p>牡羊座 【全体運】素直になれず、つまらない意地を張りがち。言い過ぎた場合、すぐに謝って。水音を聴くとリラックスできそう</p> <p>【健康運】過激なダイエットは厳禁。無理は避けて</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】エリンギ</p> <p>3/20 - 4/21</p>
<p>水瓶座 【全体運】できる人と比べ、何かと落ち込みやすいかもしれません。「人は人」と割り切って。柔軟な発想が好運の鍵に</p> <p>【健康運】動くことで体力上昇。元気に過ごせませう</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ハクサイ</p> <p>1/18 - 2/20</p>	<p>蠍座 【全体運】未体験ジャンルに挑戦するのに向いています。知らない世界でも果敢にぶつかってみて。リベンジも成功しそう</p> <p>【健康運】食事リズムが乱れがち。調整を心掛けて</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】カリン</p> <p>10/22 - 11/24</p>	<p>獅子座 【全体運】他人に干渉してもめやすい月。親切のつもりで、おせっかいを焼かないよう、ご用心。開運には趣味を満喫して</p> <p>【健康運】軽く体を動かせば、体調に好影響あり</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】シヤモ</p> <p>7/22 - 8/22</p>	<p>牡牛座 【全体運】優柔不断になりやすい傾向が。迷ったときは信頼できる人に助言を求めてみて。気力上昇にはアートに触れると◎</p> <p>【健康運】胃腸が弱り気味。暴飲暴食は控えること</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ギンナン</p> <p>4/21 - 5/21</p>
<p>魚座 【全体運】アクティブに活動できる好調期。守りより、攻めの姿勢でガンガン動いてみて。思い切った行動にチャンスあり</p> <p>【健康運】運動不足になりやすい。歩くこと好変化大</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】柿</p> <p>2/20 - 3/19</p>	<p>射手座 【全体運】優しさをアピールすれば自然と人運気が上向く気配。持ち前の面倒見の良さを前面に出して。掃除もお勧め</p> <p>【健康運】比較的穏やか。適度な体操を忘れずに</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】フグ</p> <p>11/21 - 12/23</p>	<p>乙女座 【全体運】コミュニケーション運が華やく兆し。新しいタイプの友人ができるはず。新装開店ショップにも幸運がある予感</p> <p>【健康運】体重増が気になる時期。自己節制が必須</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】カブ</p> <p>8/22 - 9/23</p>	<p>双子座 【全体運】神経質になり、周囲の悪い部分ばかり目に付く暗示。文句は控え、見守る気持ちを大切に。葉草茶がラッキー</p> <p>【健康運】おおむね順調。運動に励み、リフレッシュを</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】サンショウ</p> <p>5/21 - 6/22</p>



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。

信用部門



共済課 (課長)
みつはし おさむ
三橋 修

趣味 ゴルフ
血液型 A型
仕事への意気込み
組合員・利用者の皆さまへ安心をお届けできるよう頑張ります。



融資課 (課長)
たぐち たかし
田口 隆史

趣味 ハイキング
血液型 A型
仕事への意気込み
組合員の皆さまの農業経営や、生活にお役に立てるよう日々取組んでいます。

経済部門



購買生活課 (課長)
くにもと さちお
國本 幸雄

趣味 トレッキング
血液型 A型
仕事への意気込み
多くの方に購買事業を利用していただけるよう努力していきます。

総務部門



総務課 (課長)
いwasawa よしゆき
岩澤 由幸

趣味 高速道SA巡り
血液型 O型
仕事への意気込み
組合員の皆さまのお力を借りながら、JAを盛り上げていけるよう努力していきます。

— 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。 —

富里の新米がとれました！

☆産直センターで富里米好評発売中です！



自然の恵みおいしい富里米



稲刈りお疲れ様でした！

JA富里市 農機センター正職員募集

- 職 種 農業用機械等修理・販売
- 採用予定 若干名
- 応募資格 大学・短大・専門学校・高校を卒業(見込)し、昭和63年4月2日以降生まれの者(採用時点で30歳以下の者)
自動車整備士免許をお持ちの方は、採用の際に優遇します。
富里市在住か近隣市町村在住の者(要普通免許)
- 給 与 当組合給与規程による
※ 年1回昇給あり
- 待 遇 休日 土曜・日曜・祝日(業種によりシフト制による変更あり)
社会保険完備 交通費支給(規定以内)
賞与年2回(年4.6ヵ月)
決算手当(0.7ヶ月)
※平成28年度実績
- 応募方法 当組合HP参照、または電話でお問い合わせください。
- 応募締切 平成29年10月31日(火)

お問い合わせ 富里市農業協同組合

〒286-0221 富里市七栄652-225

TEL 0476-93-2111 (担当/総務課)

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。

今月の表紙

もろぐち ゆきお
諸口 幸雄さん
(四区地区)

PROFILE

JA 大根部会部長を5期(10年)務める諸口さんは現在54歳。サラリーマンを8年経験後就農し、大根60a、里芋30a、人参300a、西瓜100aなどを栽培しています。趣味はゴルフ。最近はなかなか練習に行けないそうです。



農業を覚えるまでは必死

会社勤めの後、26歳で就農した諸口さん。子どもの頃から親の農作業を見ていたものの、実際に自分の手でやってみると、右も左もわからない状況だったと振り返ります。日々を必死に働き、一通りの仕事を覚えるまでは、数年掛かったとのこと。今でも学ぶことがたくさんあるそうです。



品の揃った収穫を目指して

「おいつく」の言葉は別次元

ダイコンの収穫は10月〜11月。1ヶ月が勝負です。「一本一本手で収穫し、冷たい水で洗浄するのは正直寒いし重いし大変。でもそれを超えるモチベーションは、消費者からの「おいしい」という言葉。高値で売れた時はもちろん嬉しいけれど、それとは全く別次元の喜びなんだ」と笑顔で教えてくれました。



緑あふれるダイコン畑



もうすぐ収穫

「富里ダイコン」をもっとPRしたい

諸口さんは「富里にはおいしいダイコンがあることを、消費者にもっとアピールしたい」とJA大根部会部長としての思いを話します。「富里のダイコンの品質には自信がある。産地として、より求められるような取り組みができれば」と今後の抱負を語りました。

これからの農業者のために

「農業が盛んな富里でも今、耕作放棄地が増えつつある。自然に恵まれ、豊富な農作物が育つ富里の農業を守り、若い世代の人達のためになるようなことをこれから考えていきたい」と諸口さんは温かい表情で話しました。





「キッチン晴人」のオーナーシェフ
永井智一（ながい ともかず）

1975年茨城県水戸市生まれ。高校卒業後、都内のすし店で修業後、帰郷し懐石料理を学ぶ。2013年12月に畑とつながるをコンセプトとした「キッチン晴人」をオープンし、地元農産物を生かした料理を提供中！

料理 楽しく ステップアップ

今回から茨城県笠間市にあるキッチン晴人（ハレジン）のオーナーシェフ・永井智一さんに教えていただきます。



point

たれの砂糖は何回かに分けて入れながら、甘さを調整すると良い。

牛ゴボウの甘辛煮

材 料 (4人分)	新ゴボウ……………	3本	煮込み用たれ
	牛肉（すき焼き用）……………	8枚	しょうゆ……………
	水菜……………	少々	みりん……………
			酒……………
			砂糖 150～250g（お好みで）

作り方

- (1) 3～4cmほどに切り柔らかくなるまで下ゆでしたゴボウを冷まして、広げた牛肉で巻き、サラダ油（材料外）をひいたフライパンで表面を焼き固め、取り出しておく。
- (2) (1)のフライパンに煮込み用のたれを入れ、沸騰させて(1)を入れ煮込む。
- (3) (2)の煮汁に程よくとろみがついてきたら火を止める。
- (4) ささがきゴボウをサラダ油（材料外）で揚げ、下に敷き、(3)を盛り付け水菜をあしらひ出来上がり。

ゴボウのかき揚げ丼

材 料 (1人分)	新ゴボウ……………	1本	しょうゆ……………	大さじ3
	ニンジン……………	1/2本	みりん……………	大さじ3
	卵……………	1個	砂糖……………	大さじ2
	ゆでたエダマメ……………	少々	天ぷら粉……………	適宜
	丼たれ……………		薄力粉……………	適宜
	かつおだし汁……………	1カップ		

作り方

- (1) 丼たれを鍋で一煮立ちさせる。
- (2) ボウルにささがきにしたゴボウとニンジンを入れ薄力粉をまぶし、水（材料外）で溶いた天ぷら粉（天ぷら衣）を入れさっくりと混ぜる。
- (3) 直径18cmのフライパンにサラダ油（材料外）を多めにひき熱し、(2)を流し入れ中火で両面を揚げ焼きする。
- (4) (3)のフライパンの油を拭き取り、丼たれを適量入れ沸騰させ、かき揚げを入れ、溶き卵でとじてご飯の上ののせ出来上がり。エダマメを散らす。



point

天ぷら衣は重たくしないこと。

8月末の事業実績

	8月31日現在
貯金残高	21,761,586千円
貸出金残高	5,807,478千円
長期共済保有高	96,417,490千円
販売品販売高	5,122,207千円
直売所売上高	514,663千円
購買品供給高	1,219,834千円
出資金	588,642千円
組合員数	2,960人

（正組合員：1,740人／

准組合員：1,220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。

※ J A だより（東美の里）に関するご意見・感想などございましたら、ぜひお聞かせください。

今月は稲刈りと大根の取材におじゃましました。

金色に輝く谷津田の風景や、一面の大根畑。富里の自然の豊かさを改めて感じました。取材後の新米や採れたて大根の煮物がおいしいこと。食欲の秋、満喫中です。

（玉）

編集後記

1. 議案
県庁検査指摘事項に対する改善状況等の報告について
2. コンプライアンス・マニュアルの一部変更について
3. 印章管理規程の一部変更について
4. 出資口数の減少について
5. 常勤理事の他の団体理事等への就任の承諾について

理事会メモ

平成29年9月26日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。

