



CONTENTS

営農だより…P2 6次のページ…P3

JAグリーン…P4 女性部だより…P5

共済部からのお知らせ…P6～7 事業部門からのお知らせ…P8～10

JA通信…P11 女性部だより【特別版】…P12



グリーンレディースカレッジ クラフト手芸教室

3

2017 MARCH
No.479

 JA能美

平成29年度 大麦栽培講習会 開催

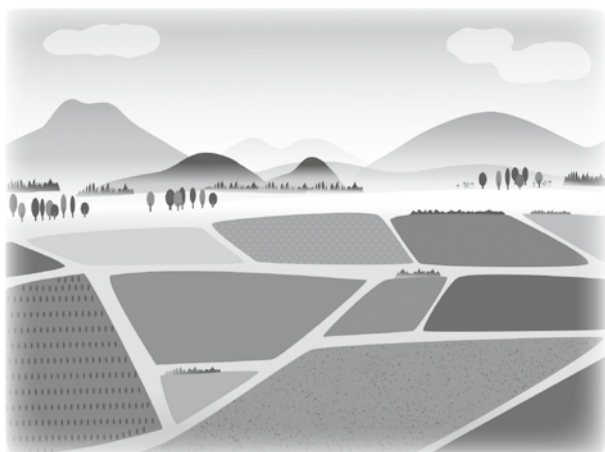
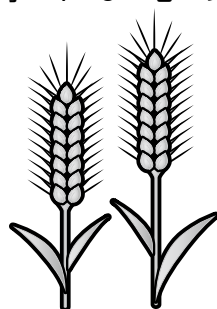
2月22日にJA能美の

管内6力所で大麦の現地
栽培講習会を開催しま

した。今回の講習会はT

ACと南加賀農林総合事

務所の技術員が講師となり、圃場の排水対策と越冬後追肥の施用量・時期について圃場の状況に応じた指導を行いました。JA能美では転作における収入の最大化を目標とした指導を実施しており、今回の大麦の講習会もその一環として開催しました。



あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

多彩な品種で楽しみが増えたジャガイモ

板木技術士事務所 ●板木利隆

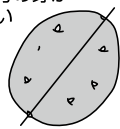
南米アンデス山脈のチチカカ湖周辺が原産地のジャガイモは、日本には16世紀にジャガトラ現インドネシアのジャカルタから伝わり、ジャガイモと呼ばれるようになりましたが、馬にける鈴に似たところから馬鈴薯（バレイシヨ）の名もあります。

種芋を植え付けてから、3カ月余りで難しい管理もせずその十数倍以上の芋が収穫できます。栽培に当たってまず大切なことは、健全な種芋の確保です。種用として売られている無病芋、休眠から覚めて適度に芽が伸び始めている物を、早めにより確保します。

かつては大敵のウイルス病のまん延を防ぐために国の管理下で種芋の生産が行われており、品種は「男爵薯」「メークイン」などに限られていたが、無病芋の生産が安全に効率良く行われるようになったため、多くの品種

かつては大敵のウイルス病のまん延を防ぐために国の管理下で種芋の生産が行われており、品種は「男爵薯」「メークイン」などに限られていたが、無病芋の生産が安全に効率良く行われるようになったため、多くの品種

先の方の芽が大きい



休眠から目覚めて芽が少し伸びている物が良い

1片 40～50g 程度に



100g 程度の大きさなら半分に、さらに大きい場合は三つ以上に切る

不良

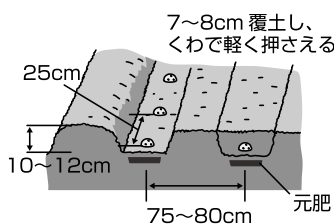


切り口を上に向けると断面に水がたまる腐りやすい

良



切り口を下に向け



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

が目見えし、実になじやかになってきました。種苗会社のカタログ、店頭にも並ぶ商品には「6種食べ比べお楽しみセット」（タキイ種苗）、「インカ3兄弟」（ジャガイモクルメ8種セット）（サカタのタネ）など特徴品種の組み合わせ品も見られます。

栽培のポイント（1）種芋の切り分け方、（2）植え方、（3）芽の整理、（4）追肥と土寄せ、（5）収穫適期の判断などです。

（1）の切り方は図の通りです。切り面の草木灰まぶしの効果はあいまいなので、特に必要ありません。

（2）の植え方も図のように切断面を下向きとします。

（3）は、地上部にたくさん出た芽をそのままにしておくとな数が多過ぎ、小粒の芋になってしまうので、2本を残して他はかき取ります。その適期は草丈15cm内外のころです。早過ぎると

晩霜害を受けたとき全部やられてしまふことがあるので危険です。

（4）は草丈18～20cmに伸びたころ、畝の片側に追肥（1株当たり化成肥料と油かす各小さじ1杯ぐらい）し、その後10～15cmほど土寄せします。マルチしてある場合にはめくって土を寄せ、覆い直しておきましょう。土寄せが足りないようなら半月後に2回目を行い、芋が地上に出ないようにします。

（5）の収穫は、茎葉が自然に枯れ上がったころが適期です。晴天の土が乾いている日を選び、芋が乾いてから屋内へ取り込みましょう。積み上げると腐敗が多くなります。

この他、生育中に葉が黒変する疫病が発生し始めたら、早めに適応薬剤を散布してまん延を防ぎましょう。トマトと同じ病害なので、近くにある場合は特に防除を怠ってはいけません。

6次のページ

JA能美産の特産物を使用し「安全、安心な加工品作り運動」に取り組んでいます。

暖かくなるこれからの季節に 「ブレンドはとむぎ茶」

当JAオリジナルの「ブレンドはとむぎ茶」は、原料に地元特産の「はとむぎ」をメインに、地元産の大麦、玄米をブレンドしたすっきりとした飲みごちが大人気です。「はとむぎ」は、穀物の中でも栄養価が高く、タンパク質、脂肪、カルシウム、鉄、ビタミンB1、B2、アミノ酸組成が豊富で、古くより美容と健康に良いと知られています。当JAの「ブレンドはとむぎ茶」は、ノンカフェイン、カロリーゼロでご年配から小さいお子様まで幅広くご愛飲いただいています。暖かくなるこれからの季節、農作業や行楽、スポーツの後の水分補給に最適です。

お求めは、お近くの当JA各支店、JAグリーン能美で。



能美の市生産者部会 平成28年度総会

2月28日(火)、JA能美本店2階会議室で能美の市生産者部会の平成28年度総会を開催し、43名の会員の方々にご出席頂きました。①平成28年度の事業・会計報告、②平成29年度の事業計画及び予算案について審議し、両議案とも満場一致で承認頂きました。閉会後は、追肥用肥料「野菜の達人」でおなじみの肥料メーカー「サンアグロ(株)」北陸肥料部の高橋和照氏をお招きし、「ちよつと気になる肥料の基礎知識」と題してご講演頂きました。そもそもなぜ野菜に肥料が必要なのか、基肥と追肥、有機質肥料と化学肥料の違いなどについてのわかりやすい講演に、会員の皆様も熱心に聞き入っていました。



種ジャガイモ

JAグリーン能美では、種ジャガイモを販売しております。おなじみの男爵やメークインの他、キタアカリ・ジャガキッズ・こがね丸といった品種も取り扱っております。

ジャガイモは万能食材です。ぜひこの機会にお買い求め頂き栽培して下さい。
*2ページにジャガイモの栽培方法を載せて有りますので、そちらもご覧下さい。



営業のご案内

3月から、無休で営業しておりますが、3月31日(金)は棚卸しの為休業させていただきます。ご不便をおかけしますがよろしくお願い致します。



材料(4人分)

もち米…2合
あずき(洗っておく) …40g
A 酒・みりん …各大さじ 1
塩…小さじ 3/4
ごま塩…適量

旬のオススメ

電子レンジで出来る
簡単お赤飯

ご卒業やご進学・ご就職などお祝い事が多いこの時期。
ご家庭で電子レンジを使ってお赤飯を作ってお祝いしてみたいはいかがですか。

- ① もち米は炊く1時間前にといでざるに上げ、水けを切る。
- ② あずきは鍋に入れ、かぶるくらいの水に入れて強火にかける。煮たったら弱火にし、5分ほど煮る。ゆで汁を捨てて水3カップを入れて火にかけて、沸騰したら弱火にし水約1カップを2〜3回に分けて差し水をしながらかためにゆでる。
- ③ 途中ゆで汁にあずきの色が出たら、ゆで汁をボウルにすべてあけ、熱いうちに玉じゃくしで3〜4回すくい上げ空気に触れさせて色を出す。あずきは鍋に戻し、水約2カップ加え、かためにゆでる。
- ④ ①のもち米とあずき、ゆで汁300cc、Aの調味料を耐熱容器に入れて混ぜ、ラップをかけて電子レンジ(600W)で約13〜15分加熱する。途中ラップを外し2〜3回混ぜる。
炊きあがったらかくなる混ぜ、乾いた布巾を掛けて約5分蒸らす。器に盛り、ごま塩をふる。

*あずきを煮るのが大変と思われる方は、赤飯用あずき(缶詰)がJAグリーンにありますのでそちらを使ってみたいはいかがですか。(缶に作り方が書いてあります)

動きやすさ重視の一品!

YC-21
軽快先丸1.4

- 標準高さ:41cm
- 土や砂が入りにくい
- 天然ゴム(裏布付)



泥田作業にお勧め!

YC-33
軽快先丸ロング2.3

- 付属品着用でズレ防止・脱げ防止
- 履口まで裏布付で足入れスムーズ
- 天然ゴム(裏布付)



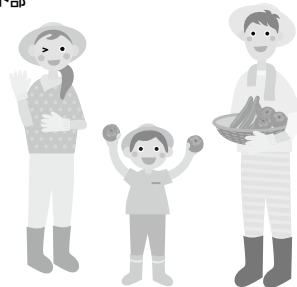
着脱のしやすさで根強い人気!

YC-40
裏付先丸農長1.4

- 標準高さ:41cm
- 履口が広く、裏布付で足入れスムーズ
- 脱げ防止!バンドでサイズ調整可能
- 天然ゴム(裏布付)



軽快田植え長靴
水田作業の必需品!



★グリーンレディースカレッジ⑧★

2月9日・10日「クラフト手芸教室」開催

28年度の最終回となった「クラフト手芸教室(かごバッグ作り)」には部員78名が2日に分かれて参加しました。本店2階会議室を会場に6名の女性部員(前茂子様、斉藤悦子様、笠間みどり様、吉村加代子様、室谷廣子様、竹内せい様)が講師となり、休憩する間を惜しんで一生懸命作っている参加者たちに丁寧に教えていました。講師の皆様本当にありがとうございました。m(_ _)m

お昼には女性部加工部会の人気弁当「のみちゃん弁当」を食べ、西田登喜子加工部会長より小松菜と丸いもミックス粉を使ったケーキなどメニュー説明があり、参加者は地産地消の愛情の込められたお弁当をおいしくいただきました。今回のかごバッグはサイズが大きかったため夕方4時まで作業される方がほとんどでしたが、作品は色も模様も様々でどれも素敵に仕上がりました。尚、中央支店女性部ではこの教室で作ったかごバッグを支店に展示しており、来店された方の目を引き付けていました。【表紙に写真掲載してありますのでご覧ください。】



皆さん真剣。お茶を飲むのも忘れるほど集中



中央支店窓口のようす

巾着風に布を縫い付けるアレンジはお見事!

【番外編】

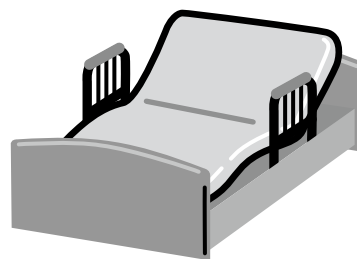
持ち手の部分にも細かい模様を入れ、お花の取り付け位置の工夫もステキです

こんなに可愛いひな壇も。
～東田町 佐宗昭夫様の作品～

◆JA能美ボランティアグループ(シーツ交換) メンバー募集中!!◆

JA能美ボランティアグループでは、毎週水曜日の午前中に能美市湯谷町の老人福祉施設『湯寿園(とうじゅえん)』でシーツ交換をしています。現在110名近くのメンバーが週ごと(約20名～30名)に分かれ、月1回約1時間かけてシーツ交換のボランティアを行っています。2月14日に営農経済センターで当グループ地区代表者会が開催され2年間グループの代表を務めた今川登美子様(湯谷町)に変わり29年度からは小竹幸子様(佐野町)が新代表を務めることになりました。ボランティアグループでは年度末には地区ごとに反省会を兼ねた慰労会を開催しています。

日頃から人の役に立ちたい、何かボランティアをやってみたいと思っている方、月1回1時間程度のボランティアをはじめませんか?詳しい内容は女性部事務局までお電話ください。



◆JA能美女性部加工部会 部員大募集!!◆

加工部会では地元食材を使って惣菜やスイーツに加工したり、おにぎりや「のみちゃん弁当」をいっしょに作ってくれる仲間(部員)を大募集しています。調理が好きな方、栄養学の知識を活かしてみたい方など興味のある方は女性部事務局までご連絡ください。お待ちしております。(栄養士の資格をお持ちの方、大歓迎です)

今後の
予定

4月10日(月) 13:30～ 平成28年度JA能美女性部 総会 本店2階会議室

総会終了後「断捨離講演会」を予定。(講演内容は変更になる場合もあります。)

新年度4月からの活動にどんどんご参加ください!!

女性部だよりに関するお問合せは ☎0761-57-2288

(事務局:吉田・沖村・辻)までお電話ください。

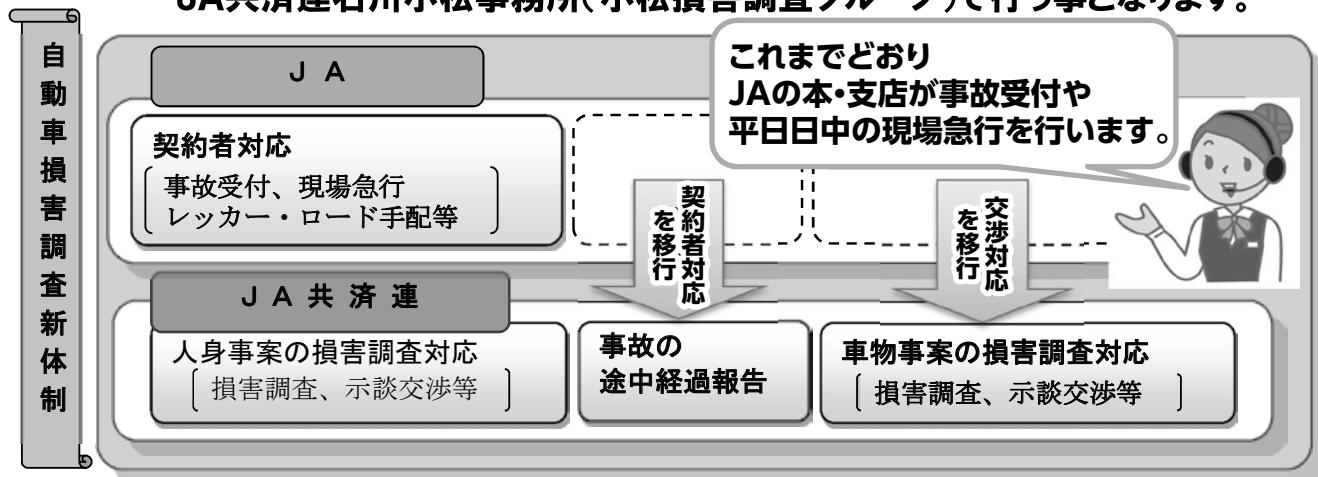
新体制

JAとJA共済連による一体的な自動車事故調査体制がスタート!!

平成 29 年
4月3日より

JAでは今まで以上に『契約者密着のサービス』の提供に努めます。

- ◆ 平成 29 年 4 月 3 日から自動車共済の損害調査体制が変わります。
- ◆ これまでJAで行っていた車両・対物共済の損害調査業務は、JA共済連石川小松事務所(小松損害調査グループ)で行う事となります。



POINT
1

- ◆自動車損害調査体制の変更により、JA共済連で事故全般の損害調査から支払までの業務を行うことで、専門的な知識と経験が蓄積され、これまでより一層専門性の向上がはかれること、均質かつ良質な自動車損害調査サービスを組合員・契約者様に提供することが可能となると考えております。

POINT
2

- ◆「自動車事故受付」はこれまでどおりJAで行いますのでご安心下さい。
自動車事故の事故受付は、JA能美の本・支店、JA共済事故受付センター
0120-ジコはークミアイ
(0120-258-931) で対応致します。

- ◆車の故障やトラブルの時は、JA能美自動車センター(0761-57-2653)、
0120-レッカーロードサービスはークミアイ
JA共済サポートセンター(0120-063-931)にご連絡ください。

- ◆JAでは、これまで以上に、組合員・契約者様の気持ち・立場に立った、よりきめ細やかな事故受付対応に努め、また、組合員・契約者様の求めに応じた現場急行対応や初期対応等に力を入れていきます。

新体制により、JAとJA共済連が緊密な連携のもとに、組合員・契約者様へ一層の安心を提供し、選ばれ続けるJA自動車共済であることを目指しております。

それいけ! JA共済



JA能美アンパンマンこどもくらぶ 第4回イベント開催!!

3月4日(土)午前10時よりJA能美本店2階会議室を会場に
平成28年度最後のこどもくらぶイベント「写真デコレーション教室」を開催しました。
当日は16組の家族が参加し、講師の指導のもと試行錯誤しながらオリジナルの作品を仕上げました。



真剣なお母さんや
お父さんを見て、
こどもたちも
思い思いに作品を
手伝っていました。

約1時間半でイベントは終了し、参加者の
皆様には自分の作品を持ち帰っていただきました。
まだ帰りたくないと言き出す子もいて
主催側として大変うれしく思っています!

最後に、このイベントをもちまして平成28年度のこどもくらぶ活動は終了となりました。
会員の皆様方1年間本当にご協力ありがとうございました!



JA能美では、日頃から年金に関する
ご相談を受け付けておりますのでお気軽
に最寄りの支店へご相談ください。

2月18日(土)に中央、寺井支店、
25日(土)には辰口、川北支店で年
金相談会を開催いたしました。当日は社
労士の先生をお迎えし、年金に関する
様々な疑問にお答えしました。両日合
せて30名ほどの方にご来場いただき、そ
れぞれの疑問を先生に相談されました。
「働きながら年金は受け取れるのか」「退
職して失業保険を受け取りながら年金は
受け取れるのか」のような年金の受け取
りに関する相談が多く寄せられ、皆さん
「いつから」「どれだけ」年金を受け取れ
るのか心配な様子でした。

年金相談会



2月8、9日に「能美市防災センター」でBCP研修を実施しました。

BCP (Business continuity planning) とは事業継続計画という意味で、災害などの緊急事態が発生したときに損害を最小限に抑え、事業の継続や復旧を図るための計画です。

「能美市防災センター」では地震や暴風の体験やシミュレーターを使った消火体験を行い、災害や火災の怖さを再確認しました。また、体験の後には最新の3Dシアターで災害や火災に関する動画を見ながら、実際に災害に遭遇したときに注意すべき点などについて学びました。研修を通して、災害はいつでも起こるかもしれないものなので、日頃からの心構えと備えが大切だと実感しました。

「能美市防災センター」は事前に申し込みをすれば少人数でも見学できるそうなので、防災について興味のある方は一度体験してみたいかがでしょうか。



万一に備えよう わが家の防災

東日本大震災に学ぶ

災害危機管理アドバイザー ● 和田隆昌

毎年3月になると、さまざまな思いがよぎります。

毎年2月から3月は東日本大震災に関する継続的な検証を行っています。2016年末時点で避難者の合計はいまだ13万人を超えています。多くのがれきはすでに撤去され、ただ広だけの土地には新しい住宅も散見できるようになりましたが、震災前の活気を取り戻すにはどれだけの年月が必要か分かりません。また2016年11月の福島沖での地震を挙げるまでもなく、東北沿岸地域には津波発生リスクから逃れることはできません。「災害は必ず



同じ場所で繰り返すことを忘れてはいけません。「二度大きな地震が起きたらしばらくは大丈夫」というのも大きな勘違いです。東日本大震災はマグニチュード9という地球規模の地殻変動でした。その影響もあり、今の日本は歴史的に見て「とても地震が起きやすい状態」になっていることは多くの研究者が指摘していることです。

2016年は熊本地震もありましたが、震度1以上の地震は6500回を超え、何と前年の3.5倍にも及んでいます。

「海溝型」と呼ばれる津波を伴う地震被害のリスクは全国全ての沿岸地域において存在しますが、西日本の沿岸地域を中心に被害が発生するとされる「南海トラフ地震」は実に30万人以上の被災者が想定されていて、発生すれば経済的にも日本国の存立を危うくするような事態にもなりかねません。

津波被害は日本において最も懸念される災害です。日本ではその地理的な環境から、地震と津波から完全に逃れることはできません。それを踏まえて、沿岸地域の住民はもちろん、全員がその日に備えるための避難・対策を忘れずに行うことが求められている時代なのです。



天秤座 (9.23~10.23)

【全体運】 ささいなことで落ち込んだり、傷ついたりしやすく、勢いをキープできない期間。あれこれ考え過ぎない方が吉
【健康運】 同じ姿勢を続けず、適度に体をほぐして
【幸運の食べ物】 しらす

JA能美 辰口セルフ給油所

辰口セルフ
給油所限定

7周年

感謝祭!!



平成
29年

3月 22日(水)~26日(日)

特典
1

期間中ガソリン・
軽油・灯油を

来てみてびっくり!

JAカードなら
さらにお得!

当日
発表

特別
価格



給油された方全員に

特典
2

ハトムギ茶
プレゼント!

特典
3

BOXティッシュ
5箱プレゼント!

★イベント時間★AM8:30~PM6:00

特典
4

期間中
ポイント3倍

特典
5

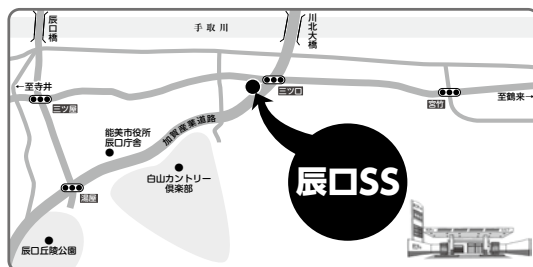
期間中
洗車半額!

JA能美

辰口セルフ給油所

能美市岩内町又13-1
TEL.0761-51-4710

営業時間
7:00~21:00



平成30年度

JA能美 職員募集



平成30年度に就職を予定されている方を対象に事業説明会を開催いたします。

営農・信用・共済・経済・加工など幅広く展開するJA能美の事業について説明いたします。また、事業内容に関する皆様からのご質問にもお答えいたしますので、就職をお考えの方は是非ご参加ください。たくさんの皆様のご参加をお待ちしています

事業説明会

日時 平成29年4月8日(土) 午前9時～

会場 JA能美 本店 2階会議室

内容 JA能美の事業説明、質疑応答

参加をご希望の方は、
下記 E-mail アドレスまで
事前にお申し込みください。

kanri@nomi.is-ja.jp

—— 経営理念 ——

相互扶助の精神に基づく協同活動の原点に立ち返った取組を進め、

「食と農」の安全を確保し、**「人」**に寄り添い、**「地域」**に貢献する

組織作りを目指します。

募集内容

職 種：総合職

応募資格：短期大学・大学・大学院を平成28年3月以降に卒業された方、
並びに平成30年3月末卒業見込みの方

採用予定人数：若干名

応募必要書類：履歴書・学業成績証明書・卒業見込み証明書・健康診断書

応募締切・採用試験日程については決定次第お知らせいたします。

採用に関する詳しい情報は、JA能美とIbacのホームページにも掲載しています。

JA能美ホームページ：<http://www.nomi.is-ja.jp/recruitment/recruitment1.html>

Ibac企業情報ページ：<https://www3.ibac.co.jp/2018/prof/cpro.jsp?Corpld=1915015>

職員採用に関するお問合せは経営企画部 採用担当まで

TEL：0761-57-3505

E-mail：kanri@nomi.is-ja.jp



射手座 (11.23～12.21)

【全体運】楽しいことに縁がありそう。お花見などの飲み会やイベントに誘われたら、気軽にOKを。幹事役をするのも◎
【健康運】暴飲暴食に気を付けて。ほどほどが賢明【幸運の食べ物】イチゴ



山羊座 (12.22～1.19)

【全体運】気持ちばかり大きくなってしまいかも。頼まれ事を安請け合いないよう、冷静に。鏡を磨くと開運効果あり
【健康運】安泰。スポーツを満喫するチャンスです【幸運の食べ物】アシタバ

3・4月の主な行事

3月21日 第11回定例理事会
4月3日 辞令交付式・新採職員入組式
8日 平成30年度職員採用事業説明会

理事会だより

平成29年2月21日(火)開催の第10回定例理事会で次の事項が審議・報告され、審議案件は全件可決されました。

1、審議事項

- (1) 固定資産の処分について
- (2) 人事規程の一部改正について

2、報告事項

- (1) 理事と組合の契約行為について
- (2) 平成29年1月末実績報告について
- (3) 平成29年3月次業務日程について

編集後記

年度末が近付き、慌ただしくなってきました。今年度を振り返ると、熊本や鳥取で起こった地震や北海道に上陸した台風、糸魚川の火災、鳥インフルエンザの流行など多くの災害が起こり、防災について考えさせられる1年だったと思います。当JAでも先日BCP（事業継続計画）に基づいて、防災意識を高めるための研修を行いました。災害や事故に対して正しい知識を持ち、実際に災害や事故が発生した時は迅速で適切な対応が出来るよう備えることで、もしもの時の被害を少しでも減らすことが出来ると思いますので、皆さんも改めて防災について考えてみてください。

広報誌『JAN』では、組合員の皆様のお役に立つ情報を発信していきたいと思っておりますので、平成29年度も引き続きのご愛顧をよろしくお願ひ致します。



私たちのJA能美

H29.2月末現在

正組合員数 ●2,878人 (うち団体23)

准組合員数 ●2,980人 (うち団体56)

出資金 ●1,261,040,000円



あなたの暮らしのそばに……

- 中央支店 (0761) 57-0036
- 寺井支店 (0761) 57-1141
- 辰口支店 (0761) 51-3115
- 川北支店 (076) 277-1288

(本店)

- ・監査室、経営企画部 (0761) 57-3505
- ・審査部 (0761) 57-3505
- ・金融部 (0761) 57-3505
- ・ローン営業センター (0761) 57-3505
- ・お客様相談センター (0761) 57-3505
- ・共済部 (0761) 57-3508
- ・営農経済部 (0761) 57-2655
- ・JAグリーン (0761) 57-4831
- ・6次産業推進室 (0761) 57-2655
- ・農業機械課 (0761) 57-2654
- ・自動車課 (0761) 57-2653
- ・本店セルフ給油所 (0761) 57-4292
- ・辰口セルフ給油所 (0761) 51-4710
- ・川北給油所 (076) 277-1789
- ・LPガスセンター (0761) 51-5525
- ・加工センター (0761) 57-1140
- ・葬祭センター (0761) 57-4004
- ・配送センター (0761) 52-0531

お気軽にお電話下さい。

クロスワードパズル

お答えが分かった方は、「住所氏名年齢及び支店名」を明記の上、最寄りの支店を通じて本店総務管理課迄提出して下さい。

◎メ切り：3月31日(金)

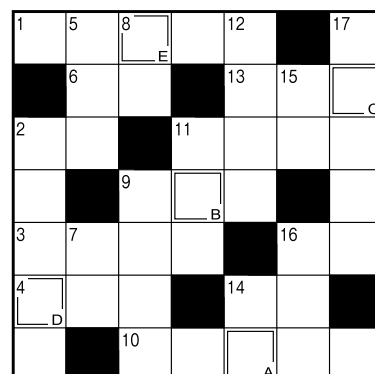
◎抽選で5名の方に景品をお送りします。どしどし応募下さい。

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

★タテのカギ

- ②起立、礼、――
- ⑤手紙のこと。お――をありがとう
- ⑦花などで作られたハワイの首飾り
- ⑧漢字などに付ける振り仮名
- ⑨食材を切るときに置きます
- ⑪――に決めず、慎重に考えたい
- ⑫「おやつは冷蔵庫の中」「洗濯物入れておいて」のようなメロ
- ⑭とげのある美しい花
- ⑮雄鹿には枝分かれた物が生えます
- ⑯バジルやタイム、ミントなど
- ⑰酔っぱらってあちらへフラフラ、こちらへ

ヨロヨロ



★ヨコのカギ

- ①青く光るイカ。富山湾の名物です
- ②積もれば山となります
- ③鮮やかな赤のこと
- ④徳川家康は――大將軍に任ぜられました
- ⑥スペアともいいます
- ⑨長年掛けた保険が――を迎えた
- ⑩七福神が乗っています
- ⑪焼きそばやた焼きに掛けます
- ⑬美空ひばりのヒット曲『東京――』
- ⑭カウンターのある洋風酒場
- ⑯川を渡るために架けます

先月の「クロスワード・パズル」の答えは『クロッカス』でした。(今回の応募総数は33通でした。)

当選者の発表は景品の発送を持って代えさせていただきます。



水瓶座 (1.20~2.18)

【全体運】 人気運が急上昇。性格の良い部分がアピールされ、常に話の輪の中心に。話題のスポットへ遊びに行くと刺激大
【健康運】 寝不足気味な月。良質な睡眠を心掛けて 【幸運の食べ物】 コゴミ



魚座 (2.19~3.20)

【全体運】 リラックス気分で過ごせるはず。のんびり好きなことを堪能しましょう。新しい楽しみを開拓するのも好結果に
【健康運】 口コミに注目を。耳寄り情報を入手可能 【幸運の食べ物】 ゼンマイ



親子「みそづくり」体験



2月25日、女性部味噌加工場(旧栗生支店)で食農教育の一環として管内の親子5組が「みそづくり」に挑戦しました。女性部の米一美雪部長と西田登喜子副部長が講師を務め、みそがどのように作られるのか体験してもらいました。

①作業説明



まずは説明。
お米や大豆を洗って、水にひたすなど下準備も大事です。

みそは発酵食品で
体にとっても良いです。
地元産のコシヒカリと大豆、
塩の3つの材料を使用し、
安心安全なみそに・・・

②蒸し米を冷ます



蒸しあがったお米を人肌冷まします。

パタパタ

③こうじ菌と混ぜる



灰色の「こうじ菌」を降りかけたら、
よく混ぜ合わせます。
機械で2日間発酵させます。

あったか〜い
気持ちいい〜

④大豆を取り出す



水で戻した大豆を
よく煮たらザルに上げます。
湯気と一緒に大豆のイイ香り。
ちよつとつまみ食して
大豆のおいしさも発見。

⑤大豆をミンチにする



大豆をミンチします。
見た目はまるでモンブラン?!
【ご家庭ではフードプロセッサーを
使うといいですね。ミンチした大豆は
ハンバーグに入るとおいしいですよ!】

⑥糀と大豆混ぜる



予め用意しておいた(2日間発酵させた)
糀と塩を混ぜ、さらにミンチした大豆と
よく混ぜ合わせます。
人の手がたくさんあると作業もアツという間。

おいしくなあれ、
おいしくなあれ

⑦団子をつくる



よく混ぜたら大きな団子にします。

⑧団子を投入!!



エイッ
楽しい〜

団子にした理由は空気が
入らないように樽(たる)に
投げて入れるからです。
最後にカビの発生を
防ぐためにみその上に
塩をまきます。
冷暗所で7ヶ月間ほど
熟成させます。



参加されたお母さん方は「初めてのことが多く参加して本当に良かった。」
「子供と一緒に良い経験が出来た。」など大変喜んでおられました。
みそが食べごろをむかえる10月ごろには、親子料理教室を開催し、その美
味しさを体験していただく予定です。

番外編

大豆を煮ている時間を利用してみんなで豆乳を作って飲んだり、「家の光」食農クイズにも挑戦して大いに盛り
上がりました。クイズの中でひとつ面白い問題があったのでご紹介します。

問題：葉の部分を食べる野菜はどれ？

あ) サトイモ い) ニンジン う) タマネギ

答えは・・・う)タマネギ です。タマネギは、葉の元が太った
「りん茎(けい)」という部分を私たちは食べています。りん茎は
成長にしたがって厚くなり、重なり合って球状になります。